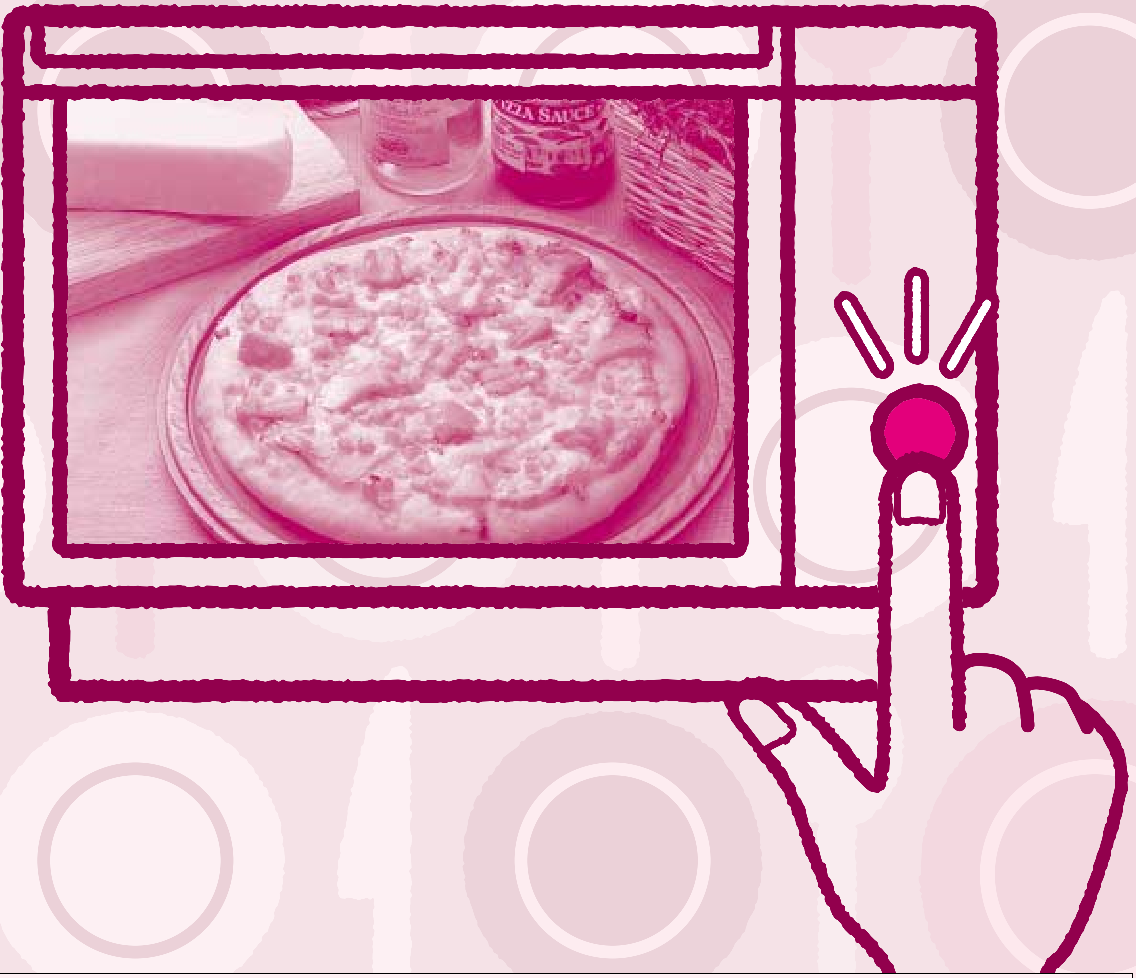
MITSUBISHI

三菱オーブンレンジ（家庭用）

形名
RO-EL2

取扱説明書



この商品は、待機時消費電力ゼロです。
使っていないときは、自動的に電源が切れます。ドアを開閉すると電源が入ります。

●ご使用の前に、この「取扱説明書」をよくお読みになり、正しく安全にお使いください。
●「保証書」は「お買上げ日・販売店名」などの記入を確かめて、販売店からお受取りください。
●「取扱説明書」と「保証書」は大切に保存してください。
●お料理のレシピは、別冊のメニュー集をご覧ください。

製品登録のご案内

三菱電機では、ウェブサイトでのアンケートにお答えいただくと、お客さまに役立つ各種サービスをウェブサイトにて利用できる「製品登録サービス」を実施しております。詳しくはホームページをご覧ください。 www.MitsubishiElectric.co.jp/mypage

電源の「入／切」（待機時消費電力ゼロ）

調理後など使用していないとき、省エネのため自動的に電源が切れます。

電源を入れる………ドアを開けると電源が入ります。表示部は「0」を表示します。

- 電源プラグを差込んだだけでは、電源は入りません。(キーを押しても受付けません)
- ドアが開いているときは、ドアを閉めると、電源が入ります。

電源を切る………電源は自動的に切れます。表示部の「0」は消えます。

- 調理終了後、5分過ぎると電源が切れます。
- また、5分以上操作しないと（ドアが開いていても）電源が切れます。

お知らせ 加熱終了後、電気部品を冷やすため、数分間本体内部のファンが回ることがあります。
（表示部は送風表示（✿）が点灯します）

かんたん操作ガイド

手動で加熱する場合の時間のめやす➡43ページ

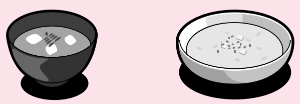
〈あたためるとき〉

常温・冷蔵・冷凍の
ごはん・おかず・市販のレンジ用冷凍食品など



あたため スタート 16ページ
「ごはん・おかずを**あたため**る」

みそ汁・スープなど

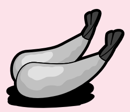


牛乳・お酒・コーヒーなど



のみもの 18ページ
「牛乳・お酒など**のみもの**をあたためる」
＊**あたため**では、沸とうしたり、上手にできません。

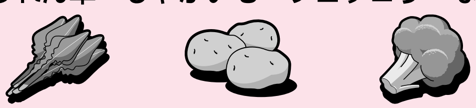
フライなど（あたため直し）



オートメニュー／時間 24ページ
「9.フライ再加熱」
「自動メニューで調理する」
＊**あたため**より時間がかかりますが、サクッと仕上がります。

〈野菜をゆでるとき〉

ほうれん草・じゃがいも・ブロッコリーなど



ゆでもの 22ページ
「野菜をゆでる」

ご使用の手順

1 安全のために必ずお守りください を読む
➡4ページ

お使いになる際に、必ず守っていただきたいことが記載してあります。

2 設置場所を確認して、アースを取付ける
➡4ページ

正しい設置場所に本体を置き、アースを確実に取付けてください。

3 電源プラグを差込み、ドアを開閉して電源を入れる
➡2ページ

待機時消費電力ゼロ機能がついています。

4 カラ焼きをする
➡13ページ

ヒーター加熱時のにおいを抑えるために、庫内の油を焼き切ります。

これで、調理ができます。

▼

調理が終わったら
こまめにお手入れをしてください。
➡44ページ

もくじ

ページ

安全のために必ずお守りください

■誤った取扱いをしたときに生じる危険とその程度を、次の表示で区分して説明しています。

⚠危険	誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷に結びつくもの
⚠警告	誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷に結びつく可能性があるもの
⚠注意	誤った取扱いをしたときに、傷害または家屋･家財などの損害に結びつくもの

■図記号の意味は次のとおりです。（一例）

禁止	指示を守る

⚠危険

分解・修理・改造をしない



分解禁止

感電・発火・けが・異常動作の原因
＊修理は、お買上げの販売店または「三菱電機 修理窓口」にご相談ください。

吸・排気口やすき間・穴などにピン・針金・金属物などの異物、指を入れない



禁止

感電・けがの原因
＊異物が入ったときは、電源プラグを抜いて、お買上げの販売店または「三菱電機 修理窓口」にご相談ください。

⚠警告

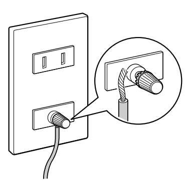
アースを確実に取付ける

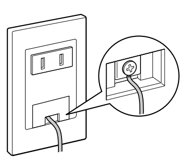
故障・漏電のときに感電の原因

アース線接続

アース端子つきコンセントがある

アース線の先端の皮をむいて、アース端子に確実に固定する。





アース端子つきコンセントがない

●ガス管、水道管、避雷針、電話線のアース線には接続しない。
感電・爆発・引火の原因

お買上げの販売店にアース工事（D種接地工事）をご相談ください。（工事は有料）
アース工事は「電気工事士」の資格が必要です。

⚠警告

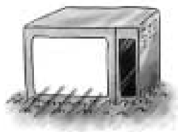
お子さまだけで使わせない 幼児の手の届くところで使わない



禁止

やけど・感電・けがの原因

熱に弱い物を近づけない



禁止

●たたみ、じゅうたん、テーブルクロス、冷蔵庫（耐熱100℃未満）などの上に置かない。
●燃えやすい物、カーテン、スプレー缶などを近づけない。
ヒーター加熱時の高温で火災・破裂の原因

電源コード・プラグを傷つけない



傷つけ禁止

高温部（排気口など）に近づけたり、重い物をのせたり、無理に曲げたり、束ねたりすると、破損して感電・発火の原因

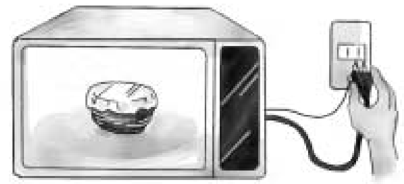
傷んだ電源コード・プラグや差込みのゆるいコンセントは使わない



使用禁止

感電・ショート・発火の原因

調理中に電源プラグを抜差ししない



禁止

感電・火花の原因

電源プラグの刃および刃の取付面のほこりをとる



ほこりをとる

ほこりが付着していると、火災の原因

電源は交流100Vで定格15A以上のコンセントを単独で使う



コンセントの単独使用

コンセントを他の器具と同時に使ったり、机や家具のコンセントを使うと、異常発熱して発火・火災の原因
＊延長コードも定格15A以上のものを単独でお使いください。

お手入れは、電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う

プラグを抜く

感電・やけど・けがを防ぐため

ぬれた手で電源プラグを抜差ししない

ぬれ手禁止

感電の原因

⚠注意

壁との間をあける

- 排気が壁に直接あたらないように据付ける。

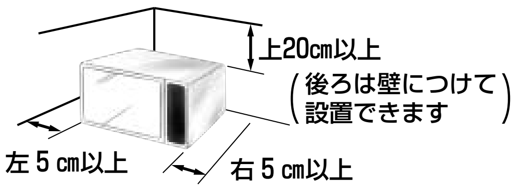
過熱による発火を防ぐため

- 窓ガラスの場合、排気口（10ページ参照）と20cm以上離す。

温度差で割れる原因

間をあける

［消防法 基準適合 組込形］



天面、背面、左右側面のうち１面を開放し、上記寸法をあけて設置する。

＊上記寸法を離しても、調理物の油や蒸気で、壁が汚れたり、結露することがあります。

水平で安定した丈夫な場所に置く

水平な場所に置く

落下によるけが、振動・騒音を防ぐため

＊置台は壁に固定することをおすすめします。冷蔵庫の上、４輪キャスター付き置台は不安定なためおすすめできません。

電源プラグを持って抜く

プラグを持つ

電源コードを持って引き抜くと感電・ショート・発火の原因

長期間使わないときは、電源プラグを抜く

プラグを抜く

絶縁劣化による感電・漏電・火災を防ぐため

本体が転倒、落下したときは、使用せず、点検を依頼する

点検を依頼

感電や電波もれを防ぐため

＊落下を防止するために、別売の本体と木製壁面とを固定する転倒防止金具セット（部品コード：M18 363 200SET）をお買上げの販売店でお買求めください。

吸・排気口をふさがない

＊吸・排気口は10ページを参照してください。

禁止

火災の原因

火気の近くや水のかかるところに置かない

禁止

感電・漏電の原因

本体の上に物を置かない

禁止

変形・焦げ・発火の原因

庫内底面（耐熱セラミック製）に衝撃を加えたり、水をかけない

禁止

- 庫内底面にのせる分量は、容器の重さを含め４kgまでにする。

割れてけが・火花・故障の原因

＊割れたときは、そのまま使わずに、販売店にご相談ください。

ドアに物をはさんだまま使わない

禁止

電波もれによる障害の原因

ドアに無理な力を加えない 重さが４kg以上の物はのせない

禁止

本体が倒れ、けが・電波もれの原因

食品カス・油・煮汁をつけたまま放置したり、加熱しない

禁止

- 付着したときは、必ずふき取る。（特に庫内底面、ドア）

火花・発煙・発火・故障・サビの原因

➡「お手入れ」44ページ

⚠注意

殻や膜のある物は、割れ目や切れ目を入れる

切れ目を入れる

例）ぎんなん・栗・イカ・ソーセージ

破裂して、やけど・けが・破損の原因

ビンのふたや栓ははずす

ふたをはずす



- 密封性の高いふたもはずす。

容器が破裂して、やけど・けが・破損の原因

容器を取出すときは、熱くなっていることがあるので注意する

ラップをはずすときは、蒸気の熱に注意する

熱に注意

やけどを防ぐため

乳幼児の離乳食・牛乳などのあたためは仕上がり温度を確認する

温度を確認

やけどを防ぐため

鮮度保持剤（脱酸素剤など）を入れたまま、加熱しない

禁止

発火の原因

本来の用途（加熱調理）以外の目的に使わない

禁止

発煙・発火・故障の原因

飲み物や食品などを加熱しすぎない

- 牛乳、生クリーム、粘りや油脂分の多い液体、コーヒー、お酒、水、ジュースなど

突然沸とうして飛び散り（突沸）、やけどの原因

＊加熱前にスプーンなどでかき混ぜ、様子を見ながら加熱してください。

- 少量の食品、干物、乾燥した物（のり、せんべい、食塩）、スナック菓子、小さく切った根菜など

やけど・火花・発煙・発火・故障の原因

＊少量の食品は自動で加熱せず、手動で様子を見ながら加熱してください。

禁止

食品が燃え出したら、ドアを開けない

ドアを開けると空気が入り、火勢を増す原因

1．とりけしを押して、電源プラグを抜く。
2．本体から燃えやすい物を遠ざけて、鎮火を待つ。
（鎮火しないときは、水か消火器で消す。）

ドアを開けない

＊そのまま使わずに、必ず販売店に点検を依頼してください。

レンジ加熱・ハイブリッド加熱のとき

卵は割り、よくほぐす

割りほぐす



- ゆで卵（おでんの卵）や目玉焼きを作ったり、あたため直しはしない。

破裂して、やけど・けが・破損の原因

ヒーター加熱・ハイブリッド加熱のとき

加熱中や加熱後しばらくは、高温部（庫内・ドア・本体・天面など）に触れない

接触禁止

ただし、操作パネルやドアハンドルはのぞく

- 付属品は素手で持たない。

高温のため、やけどの原因

お願い

**冷えやすい場所や
蒸気・油のかかる場所に置かない**

本体が結露して、故障の原因

テレビ・ラジオ・無線機器（無線LANなど）・アンテナ線を近づけない

- 4m以上離す。

画像の乱れ・雑音・通信エラーの原因

**落雷のおそれがあるときは、
電源プラグをコンセントから抜く**

故障を防ぐため

**ドアに衝撃を与えない
加熱中、ドアに水をかけない**

- ドアは急冷したり、ぶつけたり、傷つけない。

直後やその後の調理中に、
ドアガラスが割れる原因

容器の出し入れは引きずらない

庫内底面や角皿（底面プレート）に傷がつくと、割れてけが・火花・故障の原因

付属品を落としたり、急冷しない

けが・変形・ひび・欠け・割れの原因

飲み物を あたため で加熱しない

突然沸とうして飛び散り（突沸）、
やけどの原因

＊食品をあたためるときは、決められたキーを使ってください。

表示部に「高温注意」が表示されているときは、庫内や庫内底面が熱くなっているので注意する

やけどを防ぐため

- 耐熱性のない容器やラップ包装した食品などを入れない。

溶け・変形の原因

レンジ加熱・ハイブリッド加熱のとき

金属容器、金串、アルミホイルなどを使わない

- アルミで加工したもの（紙やテープなど）や、金銀の模様のある容器も使わない。

火花・発煙・発火・故障・ドアの破損の原因
➡「使える容器・使えない容器」15ページ

**缶詰、レトルト食品などは
他の容器に移す**

火花・発煙・発火・破裂を防ぐため

カラのまま加熱しない

庫内やドアの内側が異常に熱くなり、
やけど・火花・発煙・発火・故障の原因

市販の「レンジ用容器・道具」を使用しての不具合や、本体が故障した場合の保証はできない

➡「使える容器・使えない容器」15ページ

ヒーター加熱・ハイブリッド加熱のとき

**角皿の出し入れは、
ミトンや乾いた厚手の布などを使い、両手でする**

やけどを防ぐため

**調理後の角皿は、
本体や熱に弱い物の上に置かない**

変形・焦げの原因
＊ドアに角皿を置くときは、引きずって傷つけないよう、気をつけてください。

加熱のしくみ

レンジ加熱

電波で食品を内と外から同時に加熱

電波が食品に当たると、食品の水分に吸収されて、水の分子にまさつ運動が起こります。
その結果、熱が発生して、食品は内側と外側から同時に加熱されます。

（あたため、のみもの、解凍、ゆでもの、お好み温度、レンジ（「発酵」を除く））

電波の性質



食品や水分に吸収

ガラス、陶器は通り抜け

金属に当たると反射

（レンジ加熱では使えない。火花の原因。）

ヒーター加熱

オーブン

設定できる温度は発酵30℃・35℃・40℃・45℃、100～250℃です。

（オートメニュー 11～15 、オーブン）

- **オーブン１段**
  上ヒーター、庫内右側面のコンベクションヒーターで、食品を加熱します。
- **オーブン２段**
  上ヒーター、庫内右側面のヒーター、ファンで、棚上段と棚下段の食品を同時に加熱します。

グリル

上ヒーター、庫内右側面のコンベクションヒーターで、食品の表面に焼き色をつけます。
280℃の高温で加熱し、温度の変更はできません。
（グリル）

ハイブリッド加熱

レンジとヒーターで同時に加熱

調理時間を短縮します。

（オートメニュー 1～10、レンジ「発酵」、スチーム）

- **スチーム蒸し**
  レンジとヒーターで蒸気を作り、食品を加熱します。
- **スチーム焼き**
  レンジとヒーターで作った蒸気を、庫内右側面のコンベクションヒーターで食品をさらに加熱します。

ハイブリッド加熱について　➡24ページ

赤外線センサーについて

あたため、のみもの、お好み温度 は赤外線センサーを使っています。
食品の表面温度を継続して測り、設定温度になったとき、自動で加熱を終わらせます。
＊安全のため、少量のときなど庫内底面の温度が急に上がると、レンジ出力を低下させます。

コツとお願い

■食品は庫内の中央に置く

食品の温度を正しく検知するために中央に置いてください。
複数個を同時に加熱するときは、中央に寄せて置いてください。

■容器は陶磁器、耐熱性のものを使う

食品の量にあった大きさの、陶磁器、耐熱性の容器を使います。解凍 以外は、スチロールトレーを使用しないでください。

■ふたは使わない

陶器・ガラス・プラスチック製のふたは赤外線センサーがうまく働かないため、使えません。
分量の多いときやカレーなど飛び散るものはラップをします。ラップをすると仕上がり温度が低めになります。

■庫内を充分に冷まして使う

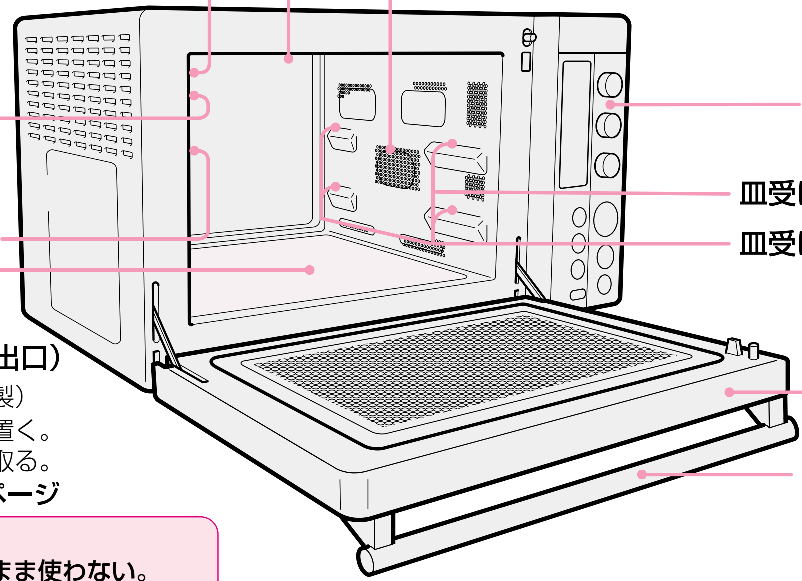
庫内の温度が高いと、赤外線センサーが使えません。ホット表示になります。
➡49ページ
また、レンジ連続使用時など、庫内底面が熱いときは、赤外線センサーがうまく働かず、仕上がり温度が低くなることがあります。

■温度の表示はめやすです

スタート後約25秒で現在温度を表示します。
表示は食品のおよその温度です。
短い時間であたたまるものは、表示しない場合があります。

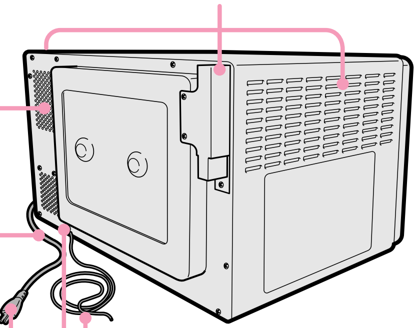
各部のなまえ

本体前面



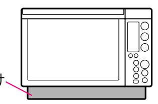
お願い
■汚れをつけたまま使わない。
焦げ・火花が出る原因。
■衝撃を加えたり水をかけない。
割れる原因。

本体背面

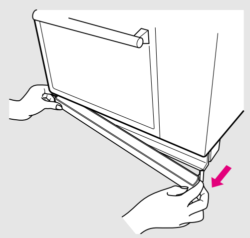


つゆ受けのはずし方・取付け方

ゆでものや煮込料理などの蒸気で、ドアの内側がくもり、つゆがつくことがあります。つゆが床にたれないよう、つゆ受けが取付けてあります。

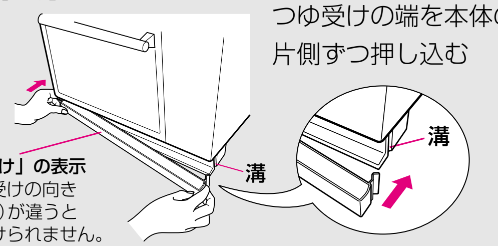


＜はずし方＞



つゆ受けの両側を持って、片側ずつゆっくり手前に引っ張ってはずす

＜取付け方＞

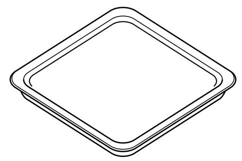
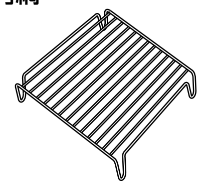
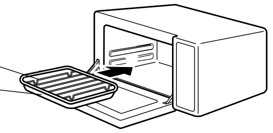


つゆ受けの端を本体の溝に片側ずつ押し込む

＊つゆの多い調理後は、つゆ受けの水を捨ててください。
お手入れ ➡44ページ

付属品

○使える　×使わない

付属品	使い方	加熱方法			
		レンジ	オーブン	グリル	ハイブリッド（レンジ+ヒーター）
角皿 2枚（耐熱セラミック製）	●汚れたまま使わない。焦げつき・変色の原因。●強い衝撃を加えない。ひび・欠け・割れの原因。●加熱中や加熱直後は、角皿に直接触れない。やけどの原因。角皿や食品を出し入れするときは、ミトンや乾いた厚手の布などを使う。●加熱後、テーブルなどの上に置くときは、鍋敷など熱に強い敷物を使う。	○ 底面プレートとして使える	○ 皿受け棚にのせて使う	○ 皿受け棚にのせて使う	○ 皿受け棚にのせて使う
角網 1コ	●庫内底面、または角皿に入れて使う。●加熱中や加熱直後は、角網に直接触れない。	×	○	○	× ただし、オートメニュー2と7〜9には使える
アース線 1本	●本体背面に取付けてある。「アースの取付け方」➡4ページ				
取扱説明書（本書）1部　メニュー集（別冊）　1部　保証書　1部					

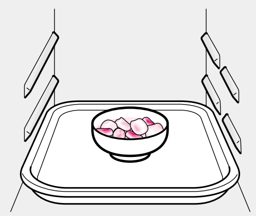
＊オーブン・グリル・ハイブリッド調理時の角皿の出し入れ用「ミトン」が別売品としてあります。
（部品コード：M18 421 380M）お買上げの販売店でお買求めください。
＊付属の角皿を割ってしまったときは、お買上げの販売店でお買求めください。

角皿について　－底面プレートとしての使い方－

角皿１枚を庫内底面に置いて、調理することもできます。
（庫内底面の汚れ防止になります。）

＜レンジ加熱のとき＞

角皿(底面プレート)の中央に食品を置いて、加熱する。
●手動 レンジ で使うときは、加熱時間をやや長め(約１割増)にする。



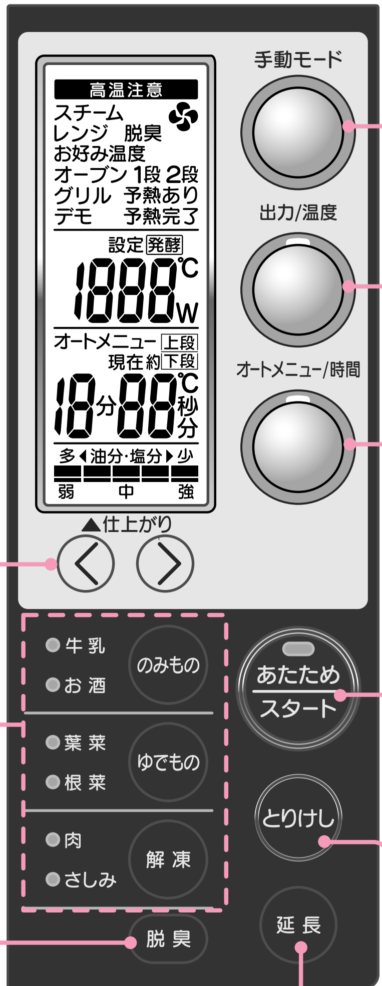
＜オーブン・グリル・ハイブリッド加熱のとき＞

角皿（底面プレート）ははずす。
（置いたまま加熱を行うと、調理の仕上がりが悪くなります。）

お願い
■調理後、角皿(底面プレート)が熱くなっていることがあるので、気をつける。
■角皿(底面プレート)の出し入れは、冷めてから両手でする。
また、庫内底面から少し持ち上げて出し入れする。(引きずらない)
■角皿(底面プレート)は、汚れたまま加熱しない。
汚れはすぐにふき取るか、はずして洗う。
お手入れ➡44ページ
汚れたままで加熱すると落ちにくくなり、焦げつき・変色・割れの原因。

操作パネル

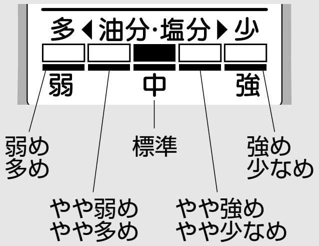
ランプについて
操作が必要なときに、ランプが点滅してお知らせします。



仕上がりキー

- ゆでもの、解凍、オートメニュー で、仕上がりの強弱（オートメニュー 7～9は食品に残る油分·塩分の量）を調節したいときに使う。（５段階）
- スタート前かスタート後20秒以内に調節できる。

〈(弱め)(多め)…加熱時間が約1～2割減る。
〉(強め)(少なめ)…加熱時間が約1～2割増える。



自動キー

- 時間・温度設定が不要。

のみもの ➡18～19ページ
ゆでもの ➡22～23ページ
解凍 ➡20～21ページ

脱臭キー

➡44ページ

- 初めにカラ焼きするとき、庫内のにおいが気になるときに使う。

手動モード（ダイヤル１）

➡30～41ページ

- レンジ、お好み温度、オーブン、グリル、スチーム の設定に使う。

出力／温度（ダイヤル２）

出力

- レンジ「1000W」「600W」「500W」「200W」「100W」「発酵」の出力設定に使う。

温度

- 温度の設定に使う。

オートメニュー／時間（ダイヤル３）

オートメニュー ➡24～29ページ

- 時間・温度設定が不要。

時間

- 時間の設定に使う。

あたため スタート キー

あたため ➡16～17ページ

- 時間設定が不要。

スタート

- 加熱をスタートするときに押す。

＊加熱の途中でドアを開けると加熱は中断する。続けるときはドアを閉め、もう一度押す。

延長キー

➡42ページ

- 加熱後、もう少し加熱したいときに使う。

とりけしキー

- キーを押し間違えたとき、途中で加熱をやめたいときに使う。

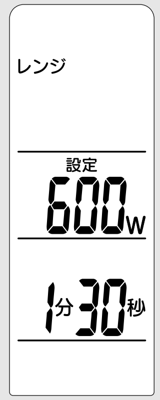
●自動調理は、あたため、のみもの（２メニュー）、解凍（２メニュー）、ゆでもの（２メニュー）、オートメニュー 1～15（15品目、43メニュー）の合計50メニューです。

●ドアを開けると、電源が入ります。表示部は「０」を表示します。

表示部

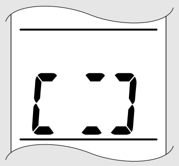
- 加熱時間や選んだ機能、働いている機能を表示します。

＜例＞レンジ「600W」で１分30秒。



その他の表示

＜加熱表示＞



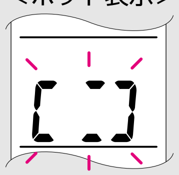
加熱時間や現在温度が確定するまで表示する。

＜高温注意表示＞



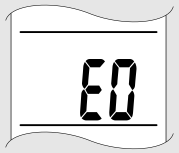
- オーブン·グリル·ハイブリッド加熱中に庫内の温度が高くなると点灯。
- 庫内底面の温度が高いときは点滅して表示。 ➡49ページ

＜ホット表示＞



庫内の温度が高いときに点滅して表示。 ➡49ページ

＜故障表示＞



故障したとき、E0、P0などを表示。 ➡49ページ

＊「デモ」が表示されているときは、店頭展示用モードになっています。使用時は、デモを解除してください。 ➡49ページ

準備（カラ焼きをする）

ヒーター加熱

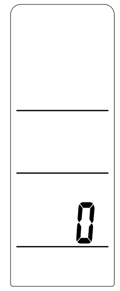
初めてのご使用前に必ずカラ焼きを！

- ヒーター加熱時の気になるにおいを抑えるため、最初に庫内の油を焼き切ります。
- 約15分で終了します。

お願い
煙やにおいが出ますが、故障ではありません。
窓を開けるか、換気扇を回してください。

1 電源プラグをコンセントに差込み、ドアを開ける

ドアを開けると「０」を表示。



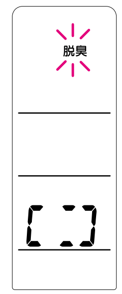
2 庫内に何もないことを確認して、ドアを閉める

お願い
角皿、包装材、燃えやすい紙などは必ず取る。

3 （脱臭）を押す

脱臭がスタート。

加熱表示し、20秒後、残り時間を表示。



終了 終了音が鳴る

⚠注意
加熱中や加熱後は、高温部（庫内・本体・天面など）に触れない。
高温のため、やけどの原因。

＊調理は本体が冷めてから行う。

お知らせ
加熱終了後、電気部品を冷やすため、数分間本体内部のファンが回ります。（表示部は送風表示（✣）が点灯します）

音量調節／出し忘れお知らせ

便利機能　お好みで設定してください。

音量調節

音量をかえたり、消すことができます。

音量をかえる・音を消すとき

表示部が「0」のとき、
ドアを開けたまま、
（延長）を続けて 3 回押す

3 回押すごとに、

音量標準　ピッ ピッ ピッ
（＊最後の音が切りかわった音です。）
↓
音量小　ピッ ピッ 音なし
↓
鳴らない　音なし 音なし ピッ

をくり返す。

＊切りかわると、 2 秒間「0」を点滅後、「0」を表示します。

「鳴らない」に設定すると

- 全てのキー受付音、加熱終了音が鳴りません。
- 出し忘れお知らせ機能を設定していても働きません。

お知らせ
電源プラグを抜いても記憶しています。

便利機能　お好みで設定してください。

出し忘れお知らせ

加熱終了後、食品をすぐに取出さないと、ブザーでお知らせする機能です。
（全てのキーで働きます。出荷時は設定されていません。）

出し忘れお知らせにするとき

表示部が「0」のとき、
ドアを開けたまま、
（あたためスタート）を続けて 3 回押す
（ピッピッピーッと鳴る）

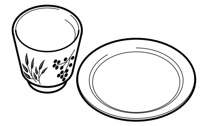
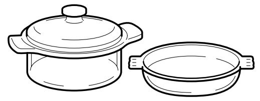
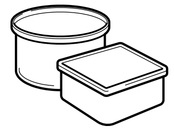
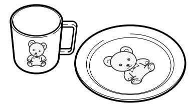
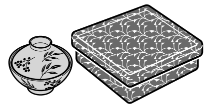
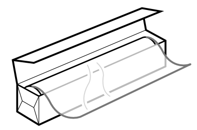
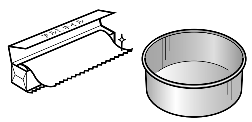
＊切りかわると、 2 秒間「0」を点滅後、「0」を表示します。
＊戻すときも同じ手順です。(ピッピッピッと鳴る)

設定すると

- 加熱終了後、ドアを開けないと、1 分ごとにブザーが鳴ります。(10分間。表示部は「0」を表示。)
- 鳴っているブザーを消すときは、ドアを開けるか、とりけしを押します。

お知らせ
電源プラグを抜いても記憶しています。

使える容器・使えない容器

容器の種類	レンジ加熱	ヒーター加熱	ハイブリッド加熱 (レンジ+ヒーター)
陶器、磁器 	○使える ＊ただし、ひび、傷、金銀の模様、色絵のある器は、傷めたり、火花が出るので使えない。		
耐熱性ガラス容器 	○使える ＊ただし、ひび、傷のある器を使ったり、急熱、急冷すると割れることがある。		
耐熱性のない ガラス容器 	×使えない ● クリスタルガラス、カットガラス、強化ガラスなども使えない。		
耐熱性 プラスチック容器 	○使える ● 耐熱温度が140℃以上で、「電子レンジ使用可」の表示のある物が使える。 ＊ただし、電波で変質する物、砂糖・油分の多い料理など、高温になる食品には使えない。	×使えない ＊ただし、オーブン・グリル指定のものは使える。	
その他 プラスチック容器 	×使えない ● 耐熱温度が140℃未満の物、電波で変質する物も使えない。 （例：スチロール、ポリエチレン、メラミン、ユリア、フェノール樹脂など） ＊ただし、スチロールトレーは解凍のみ使える。		
漆器、 竹・木・炭・籐・紙製品 	×使えない ● 焦げたり、塗りがはがれたり、ひび割れすることがある。 ＊ただし、紙、楊枝、竹串などは料理によっては使うことがある。		
ラップ 	○使える ● 耐熱温度が140℃以上の物が使える。 ＊ただし、砂糖・油分の多い料理など、高温になる食品には使えない。	×使えない ＊ただし、手動 オーブン「発酵」には使える。	×使えない ＊ただし、手動 レンジ「発酵」には使える。
金属容器、金串、金網、 アルミホイルなど 	×使えない ＊ただし、アルミホイルは電波を反射する性質を利用して部分的に使うことがある。 （解凍など）	○使える ＊ただし、取っ手などがプラスチックの物は使えない。	×使えない ＊ただし、オートメニュー2と7～9、手動 スチームでは、付属の角網が使える。

＊耐熱温度は、容器に表示されている家庭用品品質表示法の表示をご覧ください。
材質や耐熱温度がわからない容器は使わないでください。
＊ あたため、のみもの、解凍、お好み温度のとき（赤外線センサー使用時）、ふた（陶器、ガラス、プラスチックなど）を使うと、センサーの働きが悪くなるので使わないでください。

ごはん・おかずをあたためる

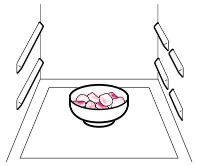
レンジ加熱



- 設定温度は80℃です。60～90℃に調節できます。温度の表示はめやすです。
- 食品の分量は約100～500gです。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡43ページ

1 食品を入れる

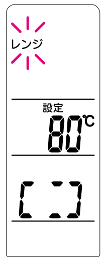
容器に入れて庫内の中央に置く。
（角皿を底面にしくと、汚れ防止になります➡11ページ）



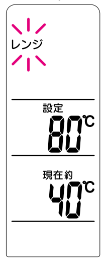
2 （あたため スタート）を押す

加熱がスタート。

加熱表示し、
25秒後、現在温度（めやす）を表示。



25秒後



- **でき上がりの温度を選ぶとき**
  ➡17ページ
  スタート後20秒以内（ランプ点灯中）に**ダイヤル2（温度）**を回して60～90℃を選ぶ。
  ごはんは70℃に設定する。

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。（容器も熱くなっていることがあるので、気をつける）

- **もっと熱くしたいとき** ➡42ページ
  加熱終了後5分以内に、**延長**を押して**ダイヤル3（時間）**で時間を合わせる。

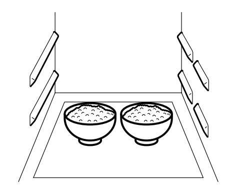
庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。**とりけし**を押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡49ページ

赤外線センサーについて➡9ページ

食品の置き方

- 庫内中央に置く



2個以上の場合、中央に寄せる

＊食品を端に置いたり、少量の食品を加熱すると、正しく食品の温度をはかれず、発煙・発火の原因。

お願い

■ゆで卵や目玉焼きを作ったり、あたため直したりしない。破裂して、やけど・けが・破損の原因。
■市販のおべんとうは、ラップやふた、アルミホイルや別容器の調味料は取除いてから加熱する。
■庫内底面が熱い（表示部に「高温注意」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。
■食品が少量（100g未満）のときは、手動 **レンジ**「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱する。
■ごはんとカレーなど加熱後の仕上がり温度が異なる食品は、同時に加熱しない。

お知らせ

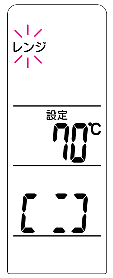
■加熱中、食品からパチパチ音がすることがありますが、異常ではありません。
■加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、本体には影響ありません。

使い方

自動調理 あたため

でき上がりの温度を選ぶとき

スタート後20秒以内（ランプ点灯中）に**ダイヤル2**（温度）を回して、設定温度を選ぶ



最初の設定は80℃。
60～90℃（5℃単位）で設定できる。

〈下記の食品はそれぞれのキーであたためる〉

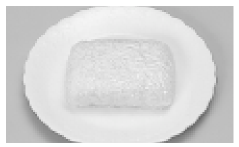
■牛乳・お酒・コーヒーなど
➡**のみもの**（18ページ）
（**あたため**では沸とうして飛び散ったり、上手に加熱できない）

■肉まん・あんまん・パン
➡手動 **レンジ**「600W」で様子を見ながら加熱（43ページ「あたため」）
- 肉まん、あんまんは水をふってから加熱（あんが先に熱くなるので注意する）

ラップをするもの	ラップをしないもの
● 分量が多いとき ● あたためると飛び散って庫内がよごれるとき（カレー等） ● ラップは、食品部はゆったりと、容器のふちはぴったりおおう（ラップの破裂防止のため）	



しゅうまい・冷凍しゅうまい
冷凍しゅうまいは、サッと水にくぐらせ、皿にのせる。



冷凍ごはん
冷凍品



カレー・シチュー
焼きそば・野菜炒め・煮もの
加熱後、混ぜる。
焼き魚・煮魚
煮魚は煮汁を少しかける。



ごはん・ピラフ
しっとり仕上げたいときは水をふる。

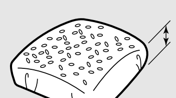


汁もの（1人分）
みそ汁・すまし汁
加熱前にかき混ぜる。
（突然沸とうして、飛び散りを防ぐため）

冷凍品について

■食品を上手に仕上げるため、パッケージに記載された調理時間より長くなることがある。
■クリームコロッケのような中身のやわらかい物は、中身が出てしまうことがある。
■ピラフなどのご飯類、スパゲティーなどのめん類は、加熱後かき混ぜる。

冷凍ごはんを作るときのコツ
- 分量は1人分（1回分約150g程度）ずつにする。
- 熱いうちに、平ら（厚さ約2～3cm）に均一になるようピッタリとラップに包む。



上手な加熱のコツ

■食品の量にあった大きさの容器を使う。➡「使える容器・使えない容器」15ページ
■食品は高さが均一になるように盛りつける。
（食品が薄くて平らな物のときや少量（100g以下）のときは、手動 **レンジ**「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱する）
■加熱の途中や終了後に、かき混ぜたり、裏返しをする。
■ぬるい部分があるときは、かき混ぜたり、裏返して**延長**または手動 **レンジ**「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱する。

使い方

自動調理 あたため

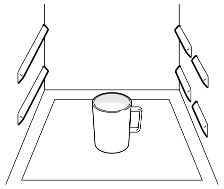
牛乳・お酒など**のみもの**をあたためる

レンジ加熱



- 設定温度は牛乳は60℃、お酒は50℃です。牛乳は40～80℃、お酒は40～60℃に調節できます。温度の表示はめやすです。
- 食品の分量は１～４杯までです。
- 出力600Wのレンジ加熱です。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡43ページ

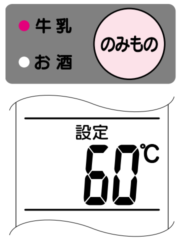
1 食品を入れる



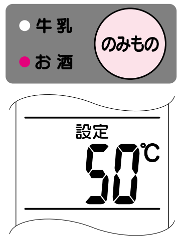
牛乳はマグカップに、
お酒は耐熱性のコップなどに入れて
庫内中央に置く。
(角皿を底面にしくと、汚れ防止になります。➡11ページ)

2 のみもの を押す

牛乳は **1 回**押す



お酒は **2 回**押す

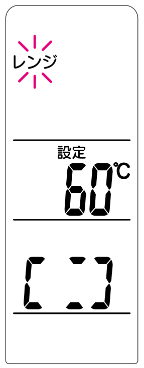


- でき上がりの温度を選ぶとき➡19ページ
  ダイヤル２（温度)を回して、設定温度を選ぶ。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

加熱表示し、
25秒後、現在温度(めやす)を表示。



加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。
(容器や取っ手も熱くなっていることがあるので気をつける)

- もっと熱くしたいとき ➡42ページ
  加熱終了後５分以内に、**延長**を押して**ダイヤル３**（時間)で時間を合わせる。

お願い

庫内底面が熱い（表示部に「高温注意」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。

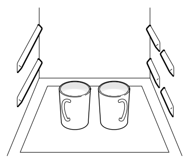
庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡49ページ

赤外線センサーについて➡９ページ

牛乳・お酒の置き方

- 庫内中央に置く

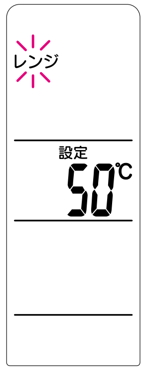


２個以上の場合、
中央に寄せる

＊端に置くと仕上がりが悪くなる。また、沸とうしたり、庫内から取出した後でも突然沸とうして飛び散り、やけどの原因。

でき上がりの温度を選ぶとき

スタート前かスタート後20秒以内(ランプ点灯中)に**ダイヤル２**（温度)を回して、設定温度を選ぶ



- 牛乳の最初の設定は「60℃」。40～80℃（5℃単位）で設定できる。
- お酒の最初の設定は「50℃」。40～60℃（5℃単位）で設定できる。

上手な加熱のコツ

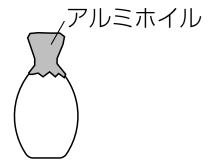
■１杯分の分量のめやす
- 牛乳＝約200mL
- お酒＝約180mL
  （１mL＝１cc）
- 容器の約８分目をめやすに入れる。
- 容器に対して少量しか入れないと、仕上がり温度が高くなり、沸とうする場合がある。



■分量にあった容器を使う
- 容器の大きさ、形状、材質により、仕上がり温度がかわる。
- とっくりは背の低い物を使う。
- 牛乳ビンや紙パックでの加熱はしない。

■加熱後は
かき混ぜる。

■首の細いとっくりは
上1／3をアルミホイルでおおって、しっかりと押さえる。



使い方

自動調理 のみもの

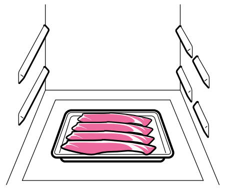
肉や魚を解凍する

レンジ加熱



- 食品の分量は約100～500gです。
- 出力100W相当のレンジ加熱です。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡43ページ

1 食品を入れる



ラップをはずし、スチロールトレーごと庫内中央に置く。
(角皿を底面にしくと、汚れ防止になります ➡11ページ)

お願い
ラップ、飾りははずす。

2 [解凍] を押す

肉は **1 回**押す　さしみは **2 回**押す



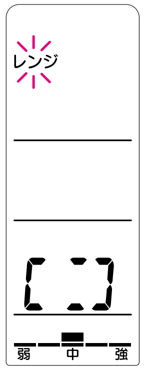


表示部は「レンジ」が点灯。

●仕上がりの調節をしたいとき　➡12ページ
仕上がり ＜ **(弱め)**または ＞ **(強め)**で調節する。

3 [あたため スタート] を押す

加熱がスタート。(約５～20分)
加熱表示し、数分後、
残り時間を表示する。
(ただし、表示しない場合もある)



加熱終了　加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

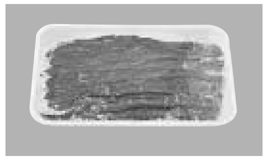
●もっと解凍したいとき　➡42ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して**ダイヤル３(時間)**で時間を合わせる。

お願い
庫内や庫内底面が熱い（表示部に「高温注意」が点滅している）ときは、ドアを開けて冷やしてから使う。(約15分)

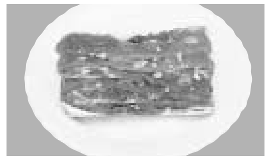
庫内の温度が高いと
ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡49ページ

お知らせ
食品の形状・初期温度によっては部分的に煮えることがあります。

スチロールトレーのとき
- ラップをはずしてスチロールトレーごと庫内中央に置く



スチロールトレーがないとき
- 平皿の上に、ラップをはずした食品をのせ、庫内中央に置く



次の場合、自動でできません
- ●少量（100g未満）のとき
- ●オーブン使用後など、庫内があたたかいとき
- ●ラップ包装のまま解凍したいとき
- ●冷凍室から出してしばらく時間のたったもの、溶けかけているもの

⬇

手動 **レンジ**「200W」(➡30ページ)で様子を見ながら解凍する

肉：解凍を 1 回押す
- 解凍後、加熱調理するときなど（ほぐせる仕上がり）



薄切り肉
冷凍時に、できるだけ重ねないで平らにする。



ひき肉
冷凍時に、薄く平らな形に小分けする。



かたまり肉
側面にアルミホイルを巻く。
仕上がり ＞ **(やや強め・強め)**を使う。

とり肉
骨付きのもも肉は、細い部分にアルミホイルを巻く。

さしみ：解凍を 2 回押す
- 解凍後、そのまま生で食べるときなど（包丁で切れる仕上がり）



まぐろ・切り身魚
厚さが均一でないときは、薄い部分にアルミホイルを巻く。



えび
冷凍時に、重ねないで平らにする。



一匹魚
頭、尾などの細い部分にアルミホイルを巻く。

お願い
アルミホイルは庫内底面や壁、ドアに触れないように巻く。触れると火花の原因。

上手な解凍のコツ

■**厚みのある物、かたまり肉などは側面にアルミホイルを巻く**
側面だけ早く解凍されるのを防ぐことができる。
また、**仕上がり** ＞ **(やや強め・強め)**を使う。

■**ホームフリージングは**
- 新鮮な物を選ぶ。
- 飾りや敷き物は取除く。
- １回分（約200g）ずつに分けて、約２cm以内に厚さをそろえる。
- 空気を抜き、ラップなどで密封する。

■**ラップをはずす**
ラップをしたままでは、自動で解凍できない。

■**細い部分、薄い部分にはアルミホイルを巻く**
解凍のしすぎを防ぐことができる。
また、薄い物は**仕上がり** ＜ **(やや弱め・弱め)**を使う。

■**冷凍室から出してすぐに解凍**
溶けかけている物、100g未満の物は、解凍しすぎを防ぐため、**手動 レンジ「200W」**(➡30ページ)で様子を見ながら解凍する。

野菜をゆでる

（**ゆでもの**）

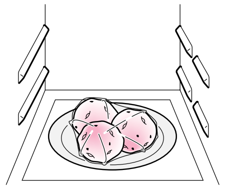
レンジ加熱



- 食品の分量は葉菜が約100～500g、根菜が約100～600gです。
- 出力600Wのレンジ加熱です。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡43ページ

1 食品を入れる

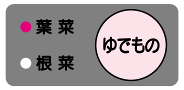
①食品を洗い、水気を残したまま
ラップでピッタリ包む。
②平らな耐熱皿にのせて、庫内中央に置く。



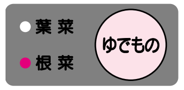
（角皿を底面にしくと、汚れ防止になります➡11ページ）

2 ゆでもの を押す

葉・花・果菜は **1** 回押す



根菜は **2** 回押す

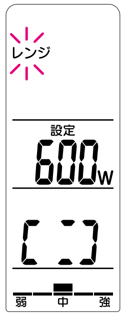


表示部は「レンジ」が点灯。

●仕上がりの調節をしたいとき　➡12ページ
仕上がり 〈（弱め）または〉（強め）で調節する。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。
加熱表示し、
数分後、残り時間を表示。



加熱終了　加熱終了音が鳴る

食品を取出す。（容器も熱くなっていることがあるので、気をつける）

●加熱がたりないとき　➡42ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して**ダイヤル３**（時間）で時間を合わせる。
（再度、**ゆでもの**で加熱しない。
さつまいもなどは加熱しすぎとなり、焦げ・発煙・発火の原因）

お願い

■庫内や底面が熱い（表示部に「高温注意」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。
■少量（100g未満）や、すでに加熱されたものは、**ゆでもの**は使わない。
手動 **レンジ**「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱する。
■細く小さいもの（100g未満）、保存などにより乾燥しているものは、手動 **レンジ**「600W」（➡30ページ）で加熱時間を短めにして、様子を見ながら加熱する。

庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡49ページ

お知らせ

加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、本体には影響ありません。

洗ってラップに包み、耐熱皿にのせます。

葉・花・果菜
（**ゆでもの**を **1** 回押す）

ブロッコリー・カリフラワー



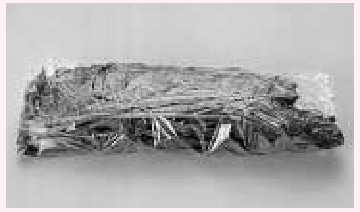
小房に分けて太い部分に切り込みを入れる。

なす



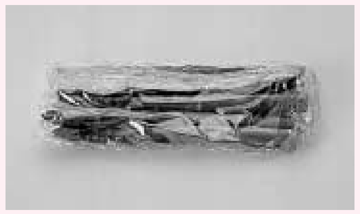
加熱後、水にさらしてアクを抜く。

ほうれん草・キャベツ・白菜など



茎と葉を交互に重ねてラップに包む。アクの強い物は、加熱後、水にさらしてアクを抜く。

グリーンアスパラガス



根元の固い部分の皮をむく。穂先と根元を交互に重ねて、ラップに包む。加熱後、水にさらして色止めをする。

根菜・火の通りにくい物
（**ゆでもの**を **2** 回押す）

じゃがいも・さつまいも



加熱後、約５分庫内でむらす。

かぼちゃ



大きさをそろえて平らにし、ラップに包む。

とうもろこし



皮をむいてラップに包む。（はじける音がするときがある。）

細かく切ったもの・少量のとき

手動 **レンジ**「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱する

お知らせ

薄く切ったもの、小さく切ったもの（にんじん、ミックスベジタブルなど）の少量加熱は、火花が出ることがあります。耐熱容器に入れ、ひたひたの水を加えたり、様子を見ながら、手動 **レンジ**「600W」で加熱してください。

例）

玉ねぎのみじん切り



中１コ（200g）＝約４分
ふたをしないで加熱する。

にんじんのスライス



中１本（100g）＝約８～10分
ひたひたの水を入れ、ふたをして加熱する。

上手な加熱のコツ

■洗ったあとの水気を残したまま加熱する。
■厚さや大きさをそろえて加熱する。
■加熱の途中で、裏返しやかき混ぜをすると、加熱ムラが少なくなる。
■ほうれん草やなすなどアクの強い野菜は、加熱前や加熱後に水にさらしてアクを抜く。

こんなメニューのときに便利

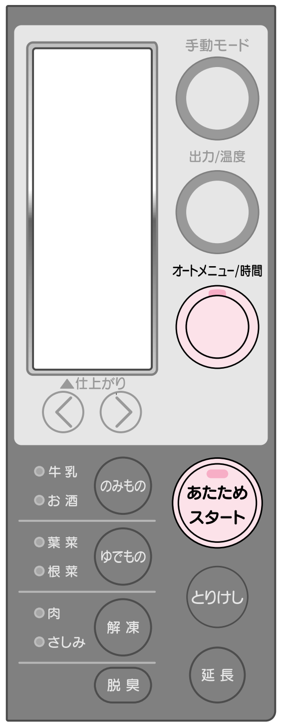
- コロッケ➡じゃがいも（根菜）…水っぽくならず、コロッケの形を整えやすくなります。
- マーボーなす➡なす（葉菜）…炒めるとき、油の量を減らせます。
- かぼちゃの煮物➡かぼちゃ（根菜）…煮込みの時間が短くできます。

自動メニューで調理する

（オートメニュー 1〜10）

ハイブリッド加熱

付属品は
別冊メニュー集に
したがう



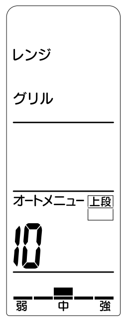
例：グラタンを焼くとき

1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚上段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

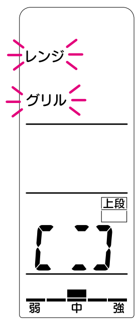
2 （ダイヤル3）を回して メニュー番号を 「10. 手作りグラタン」に 合わせる



右に回すと、メニュー番号が「1」→「15」にかわる。
左に回すと、「15」→「1」にかわる。

●仕上がりの調節をしたいとき ➡12ページ
仕上がり ＜（弱め）または ＞（強め）で調節する。

3 あたためスタート を押す



加熱がスタート。
10秒後、加熱表示し、「レンジ」と「グリル」が交互に点滅。約20秒後、残り時間を表示。
（「10. 手作りグラタン」では残り時間を表示するまでに15分程度かかる。）

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。
（**オートメニュー** 4〜9では、角皿にお湯が残っていることがあるので、気をつける）

●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して**ダイヤル３**（時間）で時間を合わせる。

お知らせ

■メニュー番号とメニュー名はドア下側にあります。
■予熱は必要ありません。

ハイブリッド加熱について

レンジとヒーターを同時に使い、調理します。
使える容器は耐熱性のあるガラス容器、陶器、磁器です。

- 金属製のもの・アルミホイルは使えません。（火花の原因）
  ただし、**オートメニュー** 2と7〜9・手動 **スチーム** では付属の角網が使えます。
- プラスチック製のもの・ラップは使えません。（溶けの原因）
  ただし、オーブン・グリル指定のものは使えます。

オートメニュー 1〜3

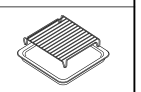
（ハイブリッド加熱です）

メニュー番号 **1 肉じゃが**

筑前煮	➡別冊P38
肉じゃが	➡別冊P39

お知らせ
加熱途中にブザーが鳴り、３分間、加熱が止まります。食品を取出してアクを取り、かき混ぜて**スタート**を押すと、加熱を継続します。
（ドアを開けないと、３分後に自動的に加熱を継続します。）

メニュー番号 **2 照り焼き**



（棚上段）

とりの照り焼き	➡別冊P30
ぶりの照り焼き	➡別冊P31

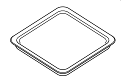
メニュー番号 **3 煮豆**

黒豆	➡別冊P39
金時豆	➡別冊P39

オートメニュー 4〜6

（ハイブリッド「スチーム蒸し」加熱です） ➡別冊P22

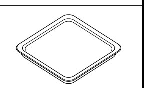
メニュー番号 **4 手作りとうふ**



（棚下段）
水200mL

手作りとうふ	➡別冊P23

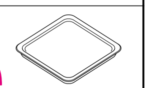
メニュー番号 **5 茶わんむし**



（棚下段）
水200mL

茶わんむし	➡別冊P22
中華風茶わんむし	➡別冊P22

メニュー番号 **6 手作りしゅうまい**



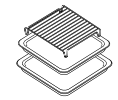
（棚下段）
水200mL

手作りしゅうまい	➡別冊P23
バリエーション	➡別冊P23

オートメニュー 7〜9 ➡29ページ

（ハイブリッド「スチーム焼き」加熱です） ➡別冊P28

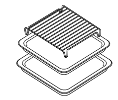
メニュー番号 **7 から揚げ／スペアリブ**



（棚上段）
（棚下段 水50mL）

とりのから揚げ	➡別冊P28
たこのから揚げ	➡別冊P28
スペアリブ	➡別冊P29

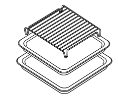
メニュー番号 **8 焼き魚（切身）**



（棚上段）
（棚下段 水50mL）

さけ焼き	➡別冊P31
あじの開き	➡別冊P31

メニュー番号 **9 フライ再加熱**



（棚上段）
（棚下段 水50mL）

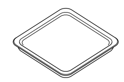
（ラップ・包装ははずす）

- 調理済みのフライなど（常温・冷蔵）をサクッと仕上げます。
  （冷凍品は **あたため** を使う）
- 食品の分量は約100〜300gまでです。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。 ➡43ページ

オートメニュー 10

（ハイブリッド加熱です）

メニュー番号 **10 手作りグラタン**



（棚上段）

マカロニグラタン	➡別冊P24
豆乳グラタン	➡別冊P24
ほうれん草とさけのグラタン	➡別冊P25
もちのラザニア風	➡別冊P25

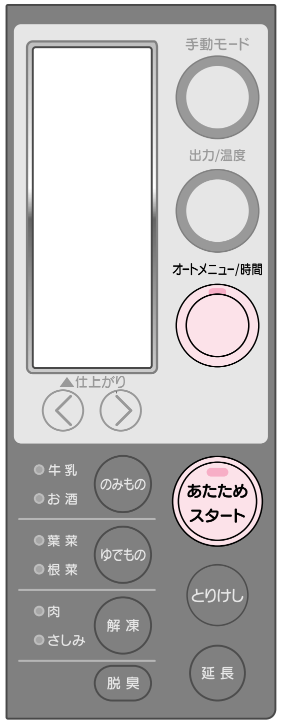
※市販の冷凍グラタン（オーブン用・電子レンジ用）は自動ではできません。

自動メニューで調理する

（オートメニュー 11〜15）

ヒーター加熱

付属品は
別冊メニュー集に
したがう



例：クッキー（２段）を作るとき

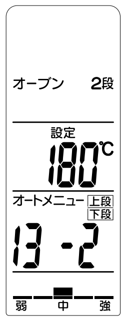
1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚上段と棚下段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 （ダイヤル3）を回して メニュー番号を「13-2. クッキー」に 合わせる

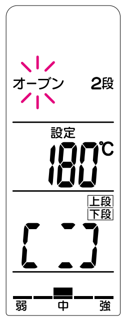
右に回すと、メニュー番号が「1」→「15」にかわる。
左に回すと、「15」→「1」にかわる。



●仕上がりの調節をしたいとき ➡12ページ
仕上がり ＜（弱め）または ＞（強め）で調節する。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。
10秒後、加熱表示し、「オーブン」が点滅。
約20秒後、残り時間を表示。
（「11. ピザ」、「12. ロールパン」では、残り時間を表示するまで約２分かかる）



加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後５分以内に、延長を押してダイヤル３（時間）で時間を合わせる。

お知らせ

■メニュー番号とメニュー名はドア下側にあります。
■設定温度の変更はできません。

オートメニュー 11〜13

（オーブン加熱です）

メニュー番号
11 ピザ （棚下段）

手作りピザ	➡別冊P15
バリエーション	➡別冊P15
かんたんピザ	➡別冊P19

メニュー番号
12-1 ロールパン１段 （棚下段）

12-2 ロールパン２段 （棚上段 棚下段）

仕上がりをよくするために

加熱の途中でブザーが鳴ったら、
棚上段と棚下段を入れかえて
スタートを押してください。
（ブザーは10秒ごとに１分間、鳴ります。）

ロールパン	➡別冊P16
あんパン	➡別冊P17
コーンマヨネーズパン	➡別冊P17

メニュー番号
13-1 クッキー１段 （棚下段）

13-2 クッキー２段 （棚上段 棚下段）

型抜きクッキー	➡別冊P８
チョコチップクッキー	➡別冊P９
ピーナッツバタークッキー	➡別冊P９

オートメニュー 14〜15

（オーブン加熱です）

メニュー番号
14 シフォンケーキ

シフォンケーキ	➡別冊P６
バリエーション	➡別冊P６

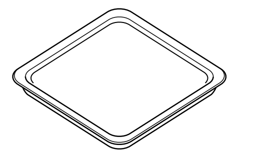
メニュー番号
15 ヘルシーフライ （棚上段）
➡28ページ

エビフライ	➡別冊P20
さけフライ	➡別冊P20
いわしのカレーフライ	➡別冊P21
ベジタブルアラカルト	➡別冊P21
フライドポテト	➡別冊P21

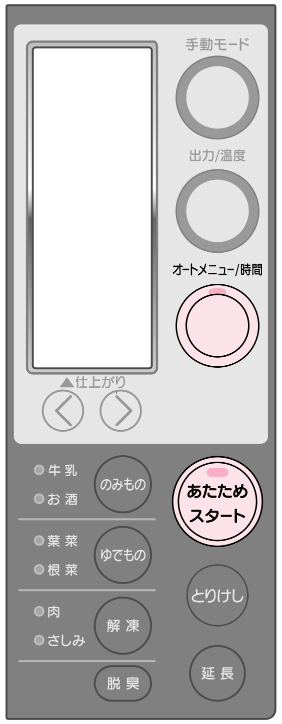
（オートメニュー「15. ヘルシーフライ」 ➡27ページ）

ヒーター加熱

角皿を使う。



（棚下段）



予熱する：角皿ははずす。

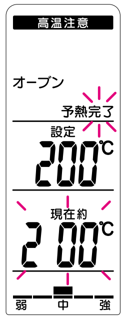
1 （ダイヤル3）を回して メニュー番号を 「15. ヘルシーフライ」に合わせ、 を押して予熱する

予熱がスタート。（約9分）
20秒後に現在温度を表示。



予熱終了 予熱終了音が鳴る

30秒ごとにブザーが鳴り、
20分間は保温している。



お知らせ
保温が終了すると 3 の操作ができません。
手順 1 からやり直してください。

加熱する

2 食品を入れる

角皿に食品をのせて油を均等にかけ、棚上段にのせる。

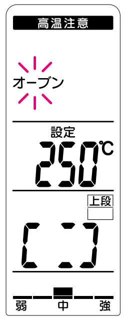
お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

⚠**注意** 予熱後は、庫内が熱くなっているので、やけどに注意する。

●仕上がりの調節をしたいとき ➡12ページ
仕上がり ＜（弱め）または ＞（強め）で調節する。

3 を押す

加熱がスタート。（約24分）
加熱表示し、約6分後、残り時間を表示。



加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

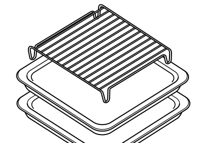
●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後5分以内に、延長を押してダイヤル3（時間）で時間を合わせる。

お知らせ
設定温度の変更はできません。

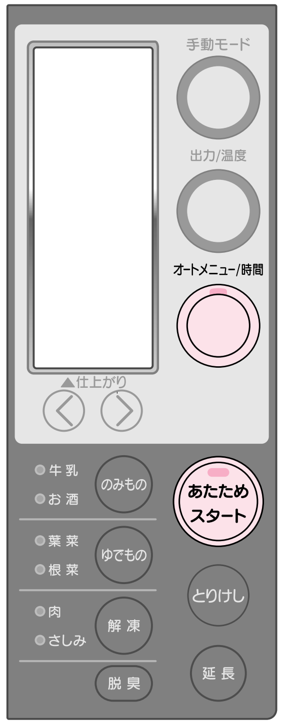
（オートメニュー 7～9 ➡25ページ）

ハイブリッド加熱

角皿2枚と角網を使う。



（棚上段・棚下段）



例：から揚げを作るとき

1 角皿に水（50mL）を入れる

角皿に水を入れて、棚下段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

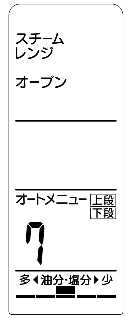
2 食品を入れる

もう1枚の角皿に角網をのせる。
食品をのせて棚上段にのせる。（1 の角皿は入れておく）

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

3 （ダイヤル3）を回して メニュー番号を 「7. から揚げ／スペアリブ」に合わせる

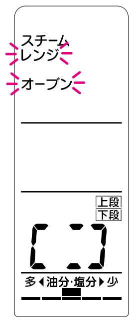
右に回すと、メニュー番号が「1」→「15」にかわる。
左に回すと、「15」→「1」にかわる。



●食品に残る油分（オートメニュー 7 と 9）、
塩分（オートメニュー 8）の調節をしたいとき ➡12ページ
仕上がり ＜（多め）または ＞（少なめ）で調節する。

4 を押す

加熱がスタート。
10秒後、加熱表示し、「レンジ」と「オーブン」が交互に点滅。



加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

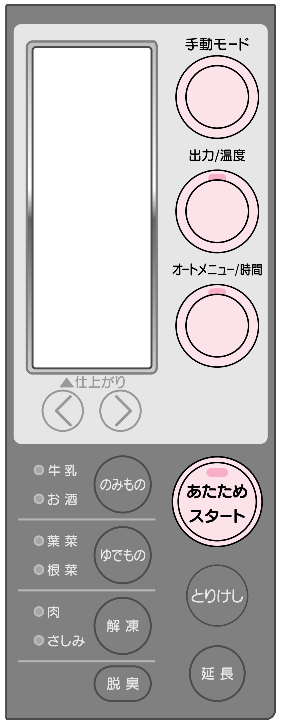
（角皿にお湯が残っていることがあるので、気をつける）

●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後5分以内に、延長を押してダイヤル3（時間）で時間を合わせる。

レンジで調理する

（「1000W」「600W」「500W」「200W」「100W」「発酵」）

レンジ加熱

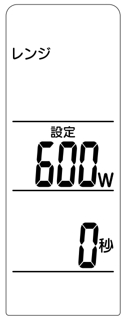


- レンジ出力は「1000W」、「600W」、「500W」、「200W」、「100W」、「発酵」が選べます。（「発酵」はハイブリッド加熱です）
- 設定できる時間は、「1000W」が10秒～5分、「600W」・「500W」が10秒～20分、「200W」・「100W」が30秒～90分、「発酵」が30秒～20分です。

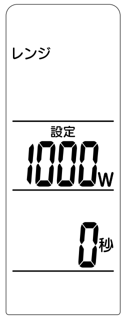
1 食品を入れる

食品を庫内中央に置く。
（角皿を底面にしくと、汚れ防止になります➡11ページ）

2 （ダイヤル1）を回して「レンジ」に合わせる

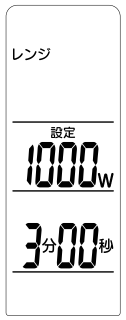


3 （ダイヤル2）を回して出力を合わせる



右に回すと**「1000W」**、
左に回すと**「500W」「200W」「100W」「発酵」**を表示。

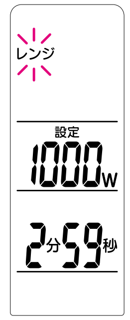
4 （ダイヤル3）を回して時間を合わせる



1000Wのときは、10～30秒は5秒単位、30秒～5分は10秒単位で表示。
600W・500Wのときは、10秒～5分は10秒単位、5～20分は30秒単位で表示。
200W・100W・発酵のときは、30秒～10分は30秒単位、10～30分は1分単位、30～90分は5分単位で表示。（発酵は20分まで）

※20分以上は、分のみを表示

5 （あたため スタート）を押す



加熱がスタート。
残り時間を表示。

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。
（容器も熱くなっていることがあるので、気をつける）

●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後5分以内に、**延長**を押して**ダイヤル3（時間）**で時間を合わせる。

お願い

■庫内底面が熱い（表示部に「高温注意」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。

■安全のため、乾燥したものや少量（100g未満）のものは、レンジ出力を低下させることがある。
加熱が不足のときは、手動**レンジ「600W」**（➡30ページ）を使い、食品の状態を確認しながら、再度、加熱する。

お知らせ

加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、本体には影響ありません。

上手な加熱のコツ ➡17ページ

■加熱時間は、食品の量が2倍になると2倍弱になる。

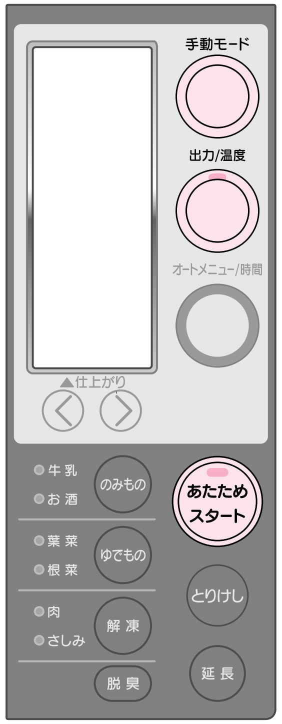
■加熱時間を短めにし、途中でできばえを見て調節したり、かき混ぜたり裏返す。

■角皿を庫内底面に置いて加熱するときは、時間をやや長め（約1割程度）にする。

■煮こみのとき
- ふきこぼれを防ぐため、必ず深めの耐熱容器を使う。
- ふたがないときはラップをかける。
- 落としぶたは、耐熱容器よりもひとまわり小さめの皿やオーブンシートでもよい。

お好み温度にあたためる

レンジ加熱

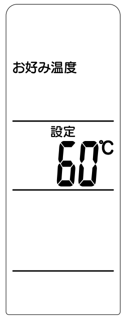


- 赤外線センサーを使い、食品の仕上がり温度をお好みに設定できます。温度の表示はめやすです。
- 設定できる温度は－10～90℃、食品の分量は約50～500gです。

1 食品を入れる

容器に入れて庫内中央に置く。
（角皿を底面にしくと、汚れ防止になります➡11ページ）

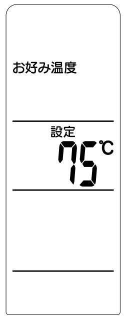
2 （ダイヤル1）を回して「お好み温度」に合わせる



3 （ダイヤル2）を回してお好みの温度を合わせる

（右に回すと設定温度が上がる。左に回すと設定温度が下がる。）

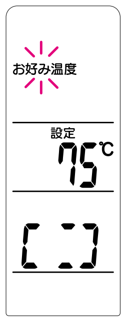
－10～０℃は２℃単位、
０～90℃までは、５℃単位で設定できる。



4 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

加熱表示し、
25秒後、現在温度（めやす）を表示。
（スタート後の温度の変更はできません）



加熱終了 加熱終了音が鳴る

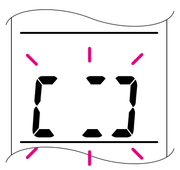
食品を取出す。
（容器も熱くなっていることがあるので、気をつける）

赤外線センサーについて➡９ページ

上手な加熱のコツ
➡17ページ

■ふたは使わない。
➡９ページ

庫内の温度が高いと（ホット表示）



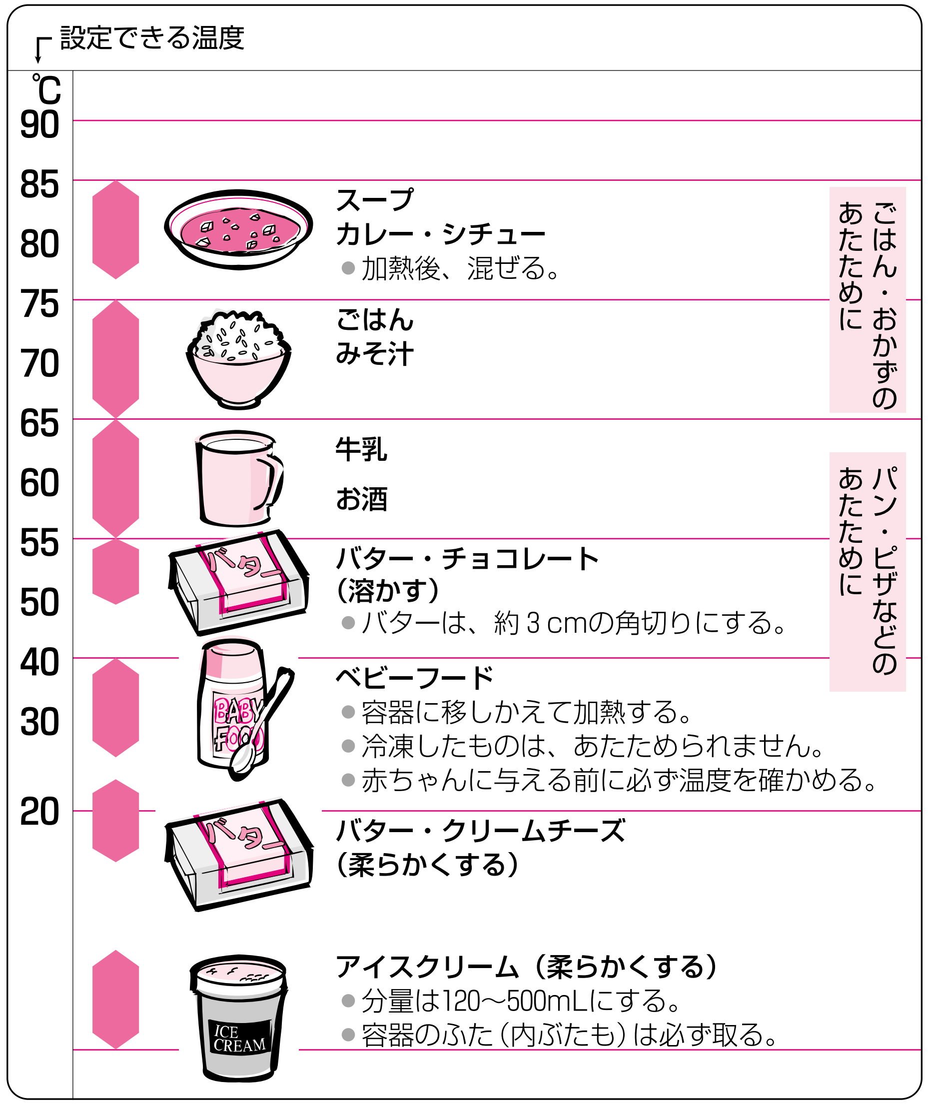
お好み温度 を選ぶとブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけし を押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。（約15分）
ただし、手動 レンジ（➡30ページ）はすぐに使えます。

＜お好み温度と食品のめやす＞

＜お好み温度表示＞（本体）

＊ドア下側にあります

お好み温度			
-10	40	70	80℃
アイス	ベビーフード	おかず ごはん	スープ カレー



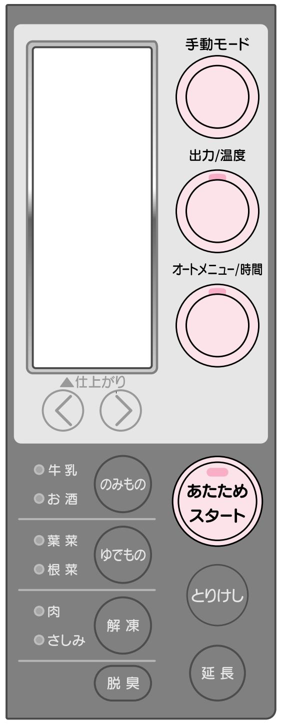
＊ベビーフードの１回に加熱できる量は60～130g。

オーブンで調理する
(「オーブン1段」「オーブン2段」予熱なし)

ヒーター加熱

1段のとき
角皿を1枚使う
＊メニューによっては角網も使う。

2段のとき
角皿を2枚使う
(棚上段
棚下段)



●設定できる温度は、100〜250℃、時間は1〜120分です。

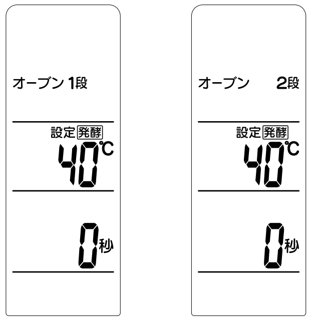
1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚にのせる。

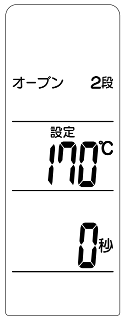
お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 (ダイヤル1)を回して
「オーブン1段」または
「オーブン2段」に合わせる

<1段のとき> <2段のとき>



3 (ダイヤル2)を回して
温度を合わせる



右に回すと、発酵45℃、100〜250℃、10℃単位で表示される。
左に回すと、発酵35℃、発酵30℃が表示される。

4 (ダイヤル3)を回して
時間を合わせる

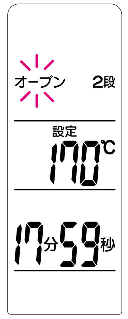


1〜10分は30秒単位、10〜30分は1分単位、30〜120分は5分単位で表示。
(20分以上は分のみを表示。)

お知らせ
温度と時間どちらからでも合わせることができます。

5 (あたためスタート) を押す

加熱がスタート。
残り時間を表示。



●途中で温度を変更したいとき
①**ダイヤル1** を回す(温度が点滅)
②**ダイヤル2**(温度)で温度を合わせる

オーブン2段のときは
■様子を見ながら、途中で棚上段と棚下段の角皿を入れかえると均一に加熱できます。
■角皿を入れかえるめやすは、全体の調理時間の約7割が経過したら入れかえます。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後5分以内に、**延長**を押して**ダイヤル3**(時間)で時間を合わせる。

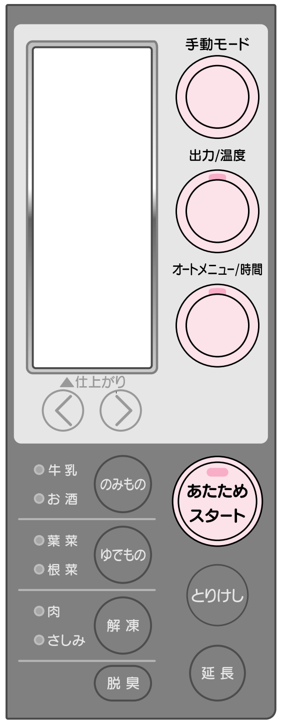
上手な加熱のコツ
■ガスオーブンや市販の料理ブックでの作り方の温度や時間に合わせた場合、仕上がりがよくないことがある。
お好みの仕上がりになるように温度や時間をかえる。
■焼き色のムラが気になるときは、加熱の途中(加熱時間の約7割経過時)で、角皿の手前と奥を入れかえる。
■加熱中は、ドアの開閉は控えめに。(庫内温度が下がる原因)
■加熱後は、焦げを防ぐため、すぐに取出す。

オーブンで調理する
(「オーブン1段」「オーブン2段」予熱あり)

ヒーター加熱

予熱のとき、角皿、食品は入れない。

- 予熱が必要なメニューのときに使います。
- 設定できる温度は100～250℃、時間は１～120分です。
- 予熱は自動的に行います。予熱時間は約６～20分です。



予熱する

1 (ダイヤル1)を回して「オーブン1段 予熱あり」または「オーブン2段 予熱あり」に合わせる

＜1段のとき＞ ＜2段のとき＞





2 (ダイヤル2)を回して温度を合わせる

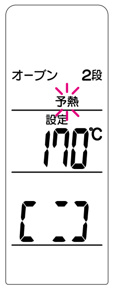
100～250℃、10℃単位で表示。
(右に回すと温度が上がる。左に回すと温度が下がる。)



3 を押す

予熱がスタート。
加熱表示し、
20秒後、現在温度を表示。

お知らせ
現在温度は、庫内のおよその温度です。途中でドアを開けたときなど、表示と実際の温度が異なる場合があります。



予熱終了 予熱終了音が鳴る

30秒ごとにブザーが鳴り、
20分間は保温している。

お知らせ
保温が終了すると **5** の操作ができません。
手順 **1** からやり直してください。



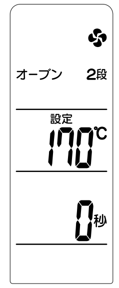
加熱する

4 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚にのせる。

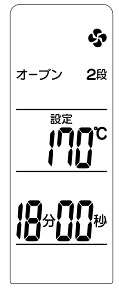
お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

⚠注意
予熱後は、庫内が熱くなっているので、やけどに注意する。



5 (ダイヤル3)を回して時間を合わせる

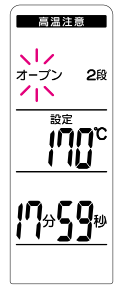
１～10分は30秒単位、10～30分は１分単位、
30～120分は５分単位で表示。
(20分以上は分のみを表示。)



6 を押す

加熱がスタート。
残り時間を表示。

- 途中で温度を変更したいとき
①**ダイヤル１** を回す（温度が点滅）
②**ダイヤル２（温度）**で温度を合わせる



オーブン２段のときは
■様子を見ながら、途中で棚上段と棚下段の角皿を入れかえると均一に加熱できます。
■角皿を入れかえるめやすは、全体の調理時間の約７割が経過したら入れかえます。

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

- 加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して**ダイヤル３（時間）**で時間を合わせる。

上手な加熱のコツ
➡35ページ

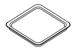
オーブン（予熱あり）のコツ
庫内温度が下がると、仕上がりが悪くなる。
- 予熱中にドアを開けない。
- 予熱後は、できるだけ早く食品を入れて、加熱する。

オーブンで調理する

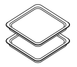
(「オーブン1段」「オーブン2段」発酵)

ヒーター加熱

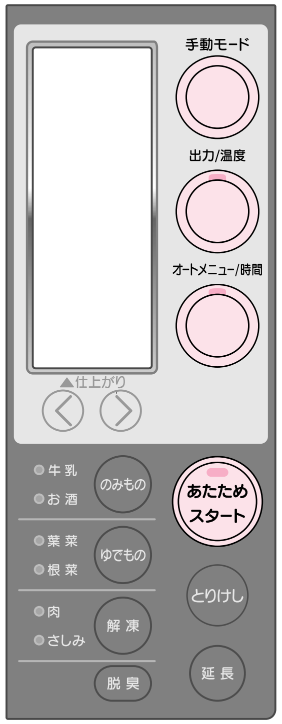
1段のとき
角皿を1枚使う



2段のとき
角皿を2枚使う



(棚上段 棚下段)



- パン生地の発酵に使います。
- 設定できる温度は30℃、35℃、40℃、45℃、時間は1～120分です。

1 食品を入れる

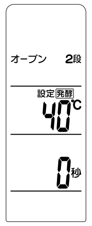
角皿に食品をのせ、棚にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 (ダイヤル1)を回して「オーブン1段」または「オーブン2段」に合わせる

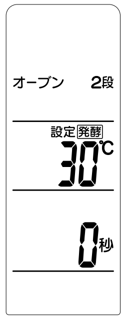
<1段のとき> <2段のとき>





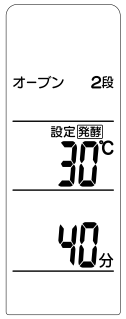
3 (ダイヤル2)を回して 発酵温度を選ぶ

右に回すと「45℃」、
左に回すと「35℃」「30℃」が表示される。



4 (ダイヤル3)を回して 時間を合わせる

1～10分は30秒単位、10～30分は1分単位、
30～120分は5分単位で表示。
(20分以上は分のみを表示。)

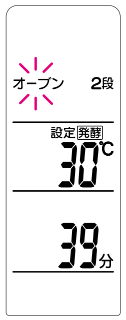


5 (あたため スタート)を押す

発酵がスタート。
残り時間を表示。
(途中で発酵温度の変更はできません。)

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。



- 発酵時間を延長したいとき ➡42ページ
  加熱終了後5分以内に、**延長**を押して**ダイヤル3**(時間)で時間を合わせる。

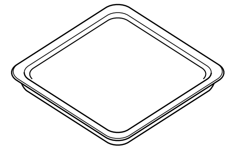
お知らせ

夏場や冬場など室温の高低や、庫内に入れる食品や容器によって、発酵中の庫内の温度が変わってきます。
食品の様子を見ながら発酵の温度、時間を調節してください。

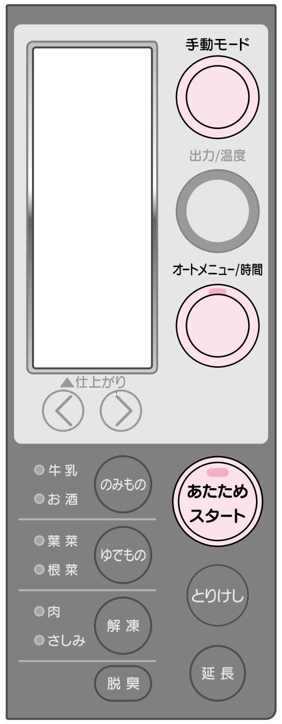
グリルで調理する

ヒーター加熱

角皿を使う。



(棚上段)
＊メニューによっては角網も使う。



- 表面に焼き色をつける料理などに使います。
- 280℃の高温で加熱します。(温度の変更、予熱はできません。)
- 設定できる時間は1～30分です。

1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚上段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 (ダイヤル1)を回して 「グリル」に合わせる



3 (ダイヤル3)を回して 時間を合わせる

1～10分は30秒単位、
10～30分は1分単位で表示。
(20分以上は分のみを表示。)



4 (あたため スタート)を押す

加熱がスタート。
残り時間を表示。

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

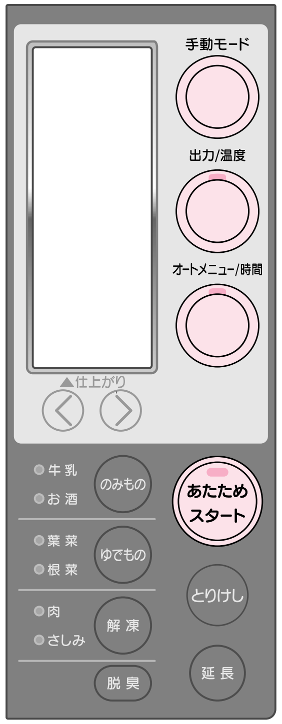


- 加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
  加熱終了後5分以内に、**延長**を押して**ダイヤル3**(時間)で時間を合わせる。

スチームで調理する

ハイブリッド加熱

予熱のとき、
食品は入れない。



- 手動でのスチーム焼き調理などに使います。
  （**オートメニュー** 4〜6はできません。自動調理のみです。）
- 設定できる温度は150〜250℃、時間は1〜60分です。

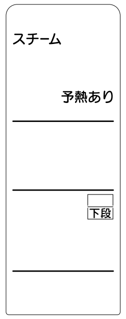
予熱する

1 角皿に水（50mL）を入れる

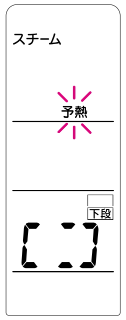
角皿に水を入れて、棚下段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 手動モード（ダイヤル1）を回して「スチーム」に合わせる



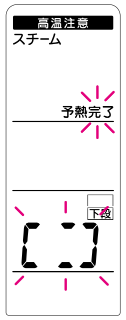
3 あたため スタート を押す



予熱がスタート。
（予熱時間：約６分）

予熱終了 予熱終了音が鳴る

30秒ごとにブザーが鳴り、10分間は
保温している。



お知らせ
保温が終了すると **5** の操作ができません。
手順 **2** からやり直してください。

加熱する

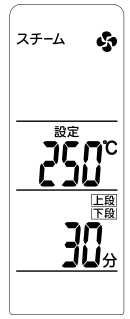
4 食品を入れる

もう１枚の角皿に食品をのせ、
棚上段にのせる。
（**1** の角皿は入れておく）

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

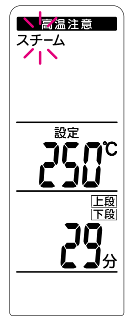
⚠注意
予熱後は、庫内が熱くなっているので、
やけどに注意する。

5 出力/温度（ダイヤル2）で温度、オートメニュー/時間（ダイヤル3）で時間を合わせる



150〜250℃、10℃単位で表示。
１〜10分は30秒単位、10〜30分は１分単位、
30〜60分は５分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示。）

6 あたため スタート を押す



加熱がスタート。残り時間を表示。

●途中で温度を変更したいとき
①**ダイヤル１** を回す（温度が点滅）
②**ダイヤル２（温度）**で温度を合わせる

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。

（角皿にお湯が残っていることが
あるので、気をつける）

●加熱時間を延長したいとき ➡42ページ
加熱終了後５分以内に、**延長** を押して **ダイヤル３（時間）**で
時間を合わせる。

加熱を延長する

- 加熱後、もう少し加熱したいときに使います。
- 加熱終了後から５分間は、設定したレンジ出力やオーブン温度を記憶しているので、時間を合わせるだけで、再度、加熱できます。
- 設定できる時間は10秒～20分（あたため、のみもの、お好み温度、レンジ「1000W」は５分まで）です。

1 加熱終了後、５分以内に 延長 を押す

2 オートメニュー／時間（ダイヤル3）を回して時間を合わせる

あたため、のみもの、お好み温度、レンジ「1000W」のときは、
10～30秒は５秒単位、30秒～５分は10秒単位で表示。
その他のときは、10秒～５分は10秒単位、５～20分は30秒単位で表示。
（20分は分のみを表示。）

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

↓

加熱終了 加熱終了音が鳴る

＊延長加熱後も同じ手順で、再び、延長できます。

お願い

オーブン加熱後の延長は、ドアの開閉を控えめにし、なるべく早く行う。

お知らせ

■加熱中に延長を押しても受付けません。
■加熱終了後、５分過ぎると、自動的に電源が切れるので、延長できません。
➡２ページ「待機時消費電力ゼロ」

こんなときに使うと便利です

■厚みのある肉、かたまりの肉などを焼いたら加熱の足りない部分があった。
■市販の料理ブック通りに作ったら焼き色が薄かった。
■飲み物をあつあつに仕上げたい。

手動で加熱する場合の時間のめやす

加熱時間は、電源電圧・室温・庫内温度・分量・初期温度などで変化します。
食品の様子を見ながら加熱してください。

あたため（レンジ「600W」で加熱する）

メニュー	ラップ	分　量	加熱時間のめやす
ごはん	—	１人分（150g）	約１～１分30秒
ピラフ	—	１皿（250g）	約２～２分30秒
しゅうまい	有	15コ（225g）	約２～２分30秒
焼き魚	有	１切（70g）	約50秒～１分
みそ汁	—	１杯（150mL）	約１分30秒～２分
スープ	—	１杯（200mL）	約２～２分30秒
焼きそば	有	１皿（300g）	約２～２分30秒
野菜炒め	有	１皿（250g）	約２～２分30秒
野菜の煮もの	有	１皿（300g）	約２～３分
カレー	有	１皿（200g）	約１分30秒～２分
肉まん	有	１コ（80g）	約50秒～１分
あんまん	有	１コ（80g）	約50秒～１分
ロールパン	—	１コ（30g）	約10秒
冷凍 ごはん	有	１人分（150g）	約３～３分30秒
冷凍 カレー	有	１皿（200g）	約４～５分
冷凍 焼きおにぎり	—	２コ（100g）	約１分30秒～２分
冷凍 ピラフ	有	１皿（250g）	約４～５分
冷凍 スパゲティ	有	１人分（200g）	約４～５分
冷凍 しゅうまい	有	15コ（225g）	約４～５分
冷凍 肉まん	有	１コ（80g）	約１分20秒～１分30秒
冷凍 あんまん	有	１コ（80g）	約１～１分20秒

１mL＝１cc

のみもの（レンジ「600W」で加熱する）

メニュー	ラップ	分　量	加熱時間のめやす
牛乳	—	１杯（200mL）	約１分30秒～２分
コーヒー	—	１杯（150mL）	約１分30秒
お酒	—	１杯（180mL）	約１～１分20秒

１mL＝１cc

解凍（レンジ「200W」で解凍する）

	分　量	ラップ	加熱時間のめやす
1. 肉	100g	—	約１分30秒
1. 肉	200g	—	約２～２分30秒
1. 肉	300g	—	約３～３分30秒
2. さしみ	100g	—	約１分
2. さしみ	200g	—	約１分30秒～２分
2. さしみ	300g	—	約２分30秒～３分

★ラップははずす。

ゆでもの（レンジ「600W」で加熱する）

	分　量	ラップ	加熱時間のめやす
1. 葉菜	100g	有	約１分30秒～２分
1. 葉菜	200g	有	約２分30秒～２分40秒
1. 葉菜	300g	有	約３分30秒～４分
2. 根菜	100g	有	約２分30秒～３分
2. 根菜	200g	有	約３分30秒～４分
2. 根菜	300g	有	約５～６分
2. 根菜	500g	有	約９～10分

★根菜は残り時間約１分で、食品を裏返す。

オートメニュー「9.フライ再加熱」（グリルで加熱する）

	分　量	ラップ	加熱時間のめやす
常温・冷蔵	100～300g	—	約12分～16分

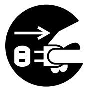
★手動レンジで、角皿（底面プレート）を庫内底面に置いて加熱するときは、上記時間よりやや長め（約１割増）にする。

お手入れ

お手入れのときには安全のため、次のことを必ずお守りください。

⚠警告

電源プラグを抜く



●ぬれた手で抜差ししない。
感電・けがの原因

⚠注意

本体が冷めてから行う



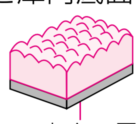
やけどを防ぐため

お願い

■こまめにお手入れ
汚れたままでは汚れが落ちにくくなったり、火花・煙・さび・腐食・ドアのひび・割れの原因。
＊また庫内底面はセラミック製のため、素材の性質上、汚れが落ちにくくなることがあります。こまめにお手入れをしてください。

■本体の周囲も清潔に

■布やスポンジとうすめた台所用中性洗剤を使い、次の物は使わない
傷・さび・ドアのひび・割れの原因。
- みがき粉・クレンザー（角皿と庫内底面のセラミック部のみ使える）
- 金属タワシ・スポンジのナイロン面など
- アルカリ性や酸性の洗剤
- 揮発性の溶剤や薬品
  オーブンクリーナー・灯油・ガソリン・ベンジン・シンナーなど

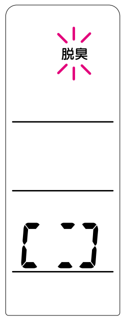


脱臭（庫内のにおいが気になるとき）

庫内に脱臭コーティングがしてあり、ヒーターの高温でにおいをやわらげます。
庫内に汚れがついていると、落ちにくくなるので、ふき取ってから行ってください。

1 庫内をカラにしてドアを閉める
お願い 角皿ははずす。

2 脱臭を押す
脱臭がスタート。（約15分）
加熱表示し、20秒後、残り時間を表示。
↓
終了 終了音が鳴る



⚠注意
加熱中や加熱後は、高温部（庫内・本体・天面など）に触れない。
高温のため、やけどの原因。

付属品（角皿、角網、つゆ受け）

スポンジなどでこまめに洗い、水気をふく
汚れはすぐにふき取る。
角皿の落ちにくい汚れは、**焼きついた汚れの落としかた**で落とす。➡45ページ
汚れたままで加熱すると落ちにくくなり、焦げつき・変色・火花の原因。

本　体

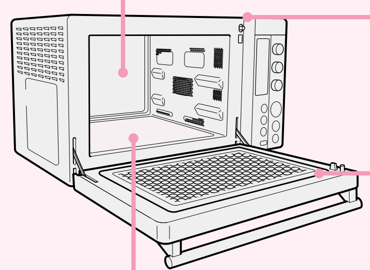
かたく絞った柔らかい布でふく
汚れがひどいときは、**うすめた台所用中性洗剤**を使う。必ず、洗剤をよくふき取る。

庫内
＊汚れをふき取った跡が残りますが、ご使用上さしつかえありません。

脱臭コーティングがしてある。
- コーティングを長持ちさせるために、固い物でこすらない。柔らかい布でふく。
- 庫内のにおいが気になるときは、**脱臭**を使う。➡44ページ

外観
■操作パネル
油汚れを残さない。
ひび・割れの原因。

■吸気口 ➡10ページ
性能を維持するため、ほこりがつかないように、乾いた布で定期的にふく。



ドア内側
汚れをつけたまま使わない。
焦げ・火花の原因。

庫内底面（セラミック部）
■衝撃を加えたり、水をかけたりしない。
ひび・割れ・故障の原因。
■汚れをつけたまま使わない。
焦げ・火花・割れの原因。

＊割れたり、ひびが入ったときは、そのまま使用せず、お買上げの販売店にご相談ください。
そのまま使用すると、火花が出たり、故障の原因になります。

汚れは、ぬれふきんですぐふき取る
（周囲の黒色のゴム部は強くこすらない）
汚れがついたまま調理を行うと、焦げて焼きつき、落ちにくくなります。

焼きついた汚れの落としかた
①ラップを丸める
②液体（クリーム）クレンザーを少量つけて、こすり落とす
③ぬれふきんで、液体クレンザーをふき取る
④それでも汚れが落ちないときは、ナイロンたわし（研磨剤入り）に水をつけて、こすり落とす。



＊ただし、スポンジや液体クレンザーは、セラミック部のみに使う。
（周囲の黒いゴム部や本体塗装面に使うと、傷がつくので注意する）

お願い **汚れを残さない焼きつけないために**
- カレーや煮魚など、飛び散りやすい食品をあたためるときは、ラップをかける
- 皿や容器、角皿には、あふれるほど食品をのせない
- 皿や容器の底の水滴や汚れをふき取ってから、庫内底面にのせる
- 加熱前に、庫内底面をかたく絞ったぬれふきんでふく（目に見えない汚れが、加熱で焦げて焼きつき、シミのようになることがある）
- 汚れたらすぐにふき取る
  汚れたまま加熱を繰り返すと、汚れの焼きつきがひどくなり、落ちにくくなるので、こまめにお手入れする

お料理がうまくできないとき

●ごはん・おかずのあたため

食品がうまくあたたまらない	●食品が金属容器・アルミホイルでおおわれていませんか。 レンジ加熱では、金属容器は使えません。
あたためであたためても、熱くならない	●ふた（陶器やガラス製など）を使っていませんか。 赤外線センサーがうまく働きません。 ●食品を中央に置いていますか。 端に置くと、上手にあたたまりません。 ●食品の量が多すぎませんか。 100g～500gが上手にできる分量です。 ☆もう少し加熱したいときは、延長を押してダイヤル３（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱してください。
あたためであたためると、熱くなりすぎる	●食品の量が少なすぎませんか。 100g～500gが上手にできる分量です。 ●食品の量に対して容器が大きすぎたり、小さすぎませんか。
ごはんがぬるい、あつい	●ダイヤル２（温度）で60～90℃に調節してください。➡17ページ ●食品の量にあった容器を使っていますか。 ●食品を中央に置いていますか。 端に置くと、上手にあたたまりません。
ごはんがパサつく	●加熱前に水を少しかけると、しっとり仕上がります。
熱いところとぬるいところがある	●カレーなどとろみのあるものは、ダイヤル２（温度）で高め（85～90℃）に合わせ、加熱後はかき混ぜます。 ●煮ものなど、加熱ムラになりやすい食品は、かき混ぜたり、裏返して、延長（➡42ページ）または手動 レンジ「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱します。
焼き魚の身が飛び散る	●ラップをして、様子を見ながら加熱します。

●のみもののあたため

牛乳が熱くなりすぎる	●のみものを使っていますか。➡18ページ あたためでは、熱くなりすぎます。 ●カップに対して牛乳を少量しか入れていないと沸とうすることがあります。カップの７～８分目まで牛乳を入れます。 それより少ないときは、ダイヤル２（温度）で低め（40～55℃）に合わせます。
お酒が熱くなりすぎる	●のみものを２回押して「お酒」に合わせていますか。➡18ページ
上の方と下の方では温度が違う	●加熱後はよくかき混ぜます。 ●首の細いとっくりは、首の部分をアルミホイルでおおって加熱すると上下の差が少なくなります。

●解凍

食品が煮えた	●食品の厚みは均一ですか。 ▶冷凍時に食品の厚みを３cm以下にそろえてください。 ●ラップをはずして解凍しましたか。 ●スチロールトレーを使っていますか。 ▶スチロールトレーがないときは、平皿の上に、ラップをはずした食品を置いてください。 ●冷凍庫から出してすぐ解凍しましたか。 ▶時間がたったり、溶けかけたものは、手動 レンジ「200W」（➡30ページ）を使い、様子を見ながら解凍してください。 ●食品の形状・初期温度によっては部分的に煮えることがあります。
解凍不足	●食品の量が少なすぎたり、多すぎませんか。 100g～800gが上手にできる分量です。 ●ラップをはずして解凍しましたか。 ☆さらに解凍したいときは、延長を押してダイヤル３（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱してください。 （再度、解凍は使わない）

●ゆでもの

生っぽいところと、できすぎのところが混在する	●じゃがいもなど２個以上ゆでるときは、大きさをそろえてください。 ほうれん草などの葉菜類は葉と茎を交互に重ねてください。 ☆さらに加熱したいときは、延長を押してダイヤル３（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱してください。 （再度、ゆでものは使わない）

●その他

自動メニューがうまくできない	●メニュー集通りの分量・作り方ですか。 ▶違う分量・作り方のときは、自動では上手にできません。 手動で様子を見ながら加熱してください。 ●仕上がりがお好みに合わないときは、仕上がり ＜＞で調節してください。
オーブン・グリル調理のときでき上がりが悪い	●加熱中、ひんぱんにドアを開閉しませんでしたか。 ●他の料理ブックを使ったとき、でき上がりがよくないことがあります。温度や時間をかえて、様子を見ながら加熱してください。
オーブン・グリル調理のとき焼き色にムラがある	●焼き色のムラが気になるときは、加熱途中（加熱時間の約７割経過時）で、角皿の手前と奥を入れかえてください。 ●２段調理で上下の焼きムラが気になるときは、加熱の途中で、棚上段と棚下段を入れかえてください。 （入れかえはできるだけ素早く行い、スタートを押します）

故障かな？と思ったら

修理を依頼される前に取扱説明書をよくお読みいただき、次の点をお調べください。

●正しく動かない

表示が出ない	●電源プラグをコンセントに差込んで、ドアを開閉しましたか。（電源プラグを差込んだだけでは、表示は出ません） ●操作後、５分を過ぎていませんか。 ▶ドアを開閉してください。（ドアが開いているときは、ドアを閉めてください） 加熱終了後、５分過ぎると、自動的に電源が切れて表示が消えますが、故障ではありません。「待機時消費電力ゼロ」のため ➡２ページ ●停電していませんか。 ●電源プラグが抜けていませんか。 ●配電盤のヒューズがとんだり、ブレーカーが落ちていませんか。（電流容量不足）
キーを押しても作動しない	●ドアは確実に閉まっていますか。 ●操作後、５分を過ぎていませんか。 ▶ドアを開閉し、もう一度キーを押してください。「待機時消費電力ゼロ」のため ➡２ページ
すぐに加熱が止まる	●庫内底面が熱いとき、正しい食品の温度が測れず、加熱を止めることがあります。 ▶ドアを開けて庫内が冷めるのを待つか、手動 レンジ「600W」（➡30ページ）で様子を見ながら加熱してください。

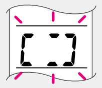
●音がする、音がしない

加熱中、加熱後に音がする	●レンジ加熱中、「ブーン」「ジィージィー」と音がしますが、これはレンジの動作音です。 ●加熱中の「カチカチ」「カッチン」等の音は、加熱を制御している音で、故障ではありません。 ●熱による膨張、収縮でポコッ、キシキシという音が出ることがあります。
加熱終了のブザーが鳴らない	●音量調節を「鳴らない」に設定していませんか。➡14ページ
加熱終了後、ブザーが鳴る	●「出し忘れお知らせ」を設定していませんか。➡14ページ 食品をすぐに取出さないと、加熱後から１分ごとにブザーが鳴ります。（10分間）

●火花や煙が出る、庫内底面の変色

火花が出る	●金・銀模様の容器、針金など金属を使った容器を使用していませんか。 ●庫内の壁にアルミホイル、金串など金属が触れていませんか。 ●食品の量がきわめて少なくありませんか。 ●庫内底面に汚れ（食品カスなど）がついていませんか。➡45ページ
煙が出たり、いやなにおいがする	●カラ焼きをしましたか。➡13ページ 庫内の油を焼き切るため、煙やにおいが出ますが、故障ではありません。 ●庫内やドアの内側に食品カス、油などがついていませんか。 ▶庫内のにおいが気になるときは、汚れをふき取った後で脱臭を行ってください。➡44ページ
庫内底面が斑点やシミ状に変色する	●庫内底面・角皿・使用する容器に汚れがついたまま、加熱を行うと、熱により汚れが焼きつき、シミのようになります。 ▶お手入れを行ってください。➡44～45ページ

●表示について

表示部に「高温注意」が点灯している	●加熱中に庫内の温度が高くなると、点灯してお知らせします。
ブザーが鳴り、表示部に「高温注意」が点滅している	●庫内底面の温度が高くなっているときのお知らせです。 ▶素手で触らないでください。（やけどの原因）また、耐熱性のない容器やラップ包装した食品をのせないでください。（溶け・変形の原因） ＊「高温注意」が点滅していてもキーは受付けます。また、とりけしを押すと、「高温注意」は消えます。
ブザーが鳴り、ホット表示が点滅する 	●あたため、のみもの、解凍、ゆでもの、お好み温度で庫内の温度が高いときに表示します。 ▶とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ってください（約15分）。ただし、手動 レンジ（➡30ページ）はすぐに使えます。
“あたため・スタート”のランプが点滅する	●加熱の途中でドアを開けると点滅します。 ▶続けて加熱するときはスタートを押してください。加熱しないときはとりけしを押してください。
現在温度表示が設定温度近くになっているのに、なかなか終了しない	●現在温度表示は食品のおよその平均温度です。まだ温度の低い部分がある場合は、設定温度近くの表示で、しばらく終了しないことがあります。
表示部に「デモ」が表示されている	●店頭展示用（デモ）モードになっています。（キーを押しても加熱されません） ▶電源プラグを抜いて、数秒後に再度、差込んでください。「デモ」が消え、デモモードが解除されます。
表示部に「F5」が表示される	●角皿を底面に置いているとき、奥までしっかり入っていますか。 ●ドアに物がはさまっていませんか。（ドアがわずかに開いていると「F5」を表示します） ▶とりけしを押し、正しい使い方に直してから、再度、操作をしてください。

●調理のできが悪い

食品が加熱されない	●レンジ加熱のとき、食品が金属容器・アルミホイルなどでおおわれていませんか。 ●表示部に「デモ」が表示されていませんか。（店頭展示用（デモ）モードになっています） ▶電源プラグを抜いて、数秒後に再度、差込んでください。「デモ」が消え、デモモードが解除されます。 ●レンジ加熱のとき、乾燥したものや、少量（100g未満）のものは、安全のためレンジ出力が低下することがあります。 ▶加熱不足のときは、手動 レンジ「600W」（➡30ページ）を使い、食品の状態を確認しながら、くり返し加熱してください。
調理のでき上がりが悪い	●メニューの材料、分量、作り方、付属品を確認してください。 ●加熱中、ひんぱんにドアを開閉しませんでしたか。 ●他の料理ブックを使ったとき、でき上がりが多少異なることがあります。

●ドアがくもる

表示部がくもる ドアがくもり、水滴が落ちる	●冬場やメニューにより、ドアの内側や表示部がくもることがありますが、本体には影響ありません。しばらくすると、くもりは消えます。

以上のことをお調べになって、それでも不具合があるときは使用を中止し、必ず電源プラグを抜いてください。
故障の状況と表示部の英数字（A0、A1、A7、E0、E5、F5、F6、P0、P1、P2、P3、P4）をお買上げの販売店にご連絡ください。

ご連絡いただきたい内容
1. 品　　　名（三菱オーブンレンジ）
2. 形　　　名（RO-EL2）
3. お買上げ日（　　年　　月　　日）
4. 故障の状況（できるだけ具体的に）

＊付属品のお買求めは、お買上げの販売店にご相談ください。

故障かな?と思ったら こんなときは

保証とアフターサービス

■保証書（別添付）

- 保証書は必ず「お買上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店からお受取りください。
- 内容をよくお読みのあと、大切に保存してください。

●保証期間●

お買上げ日から、１年です。
ただし、マグネトロン部分は２年です。

■補修用性能部品の保有期間

- 当社は、このオーブンレンジの補修用性能部品を製造打切り後、８年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は

お買上げの販売店かお近くの「三菱電機 修理窓口・ご相談窓口」にご相談ください。

■修理を依頼されるときは

「お料理がうまくできないとき」（46～47ページ）と「故障かな？と思ったら」（48～49ページ）にしたがってお調べください。
なお不具合があるときは、必ず電源プラグを抜いてからお買上げの販売店にご連絡ください。

◎保証期間中は

修理に際しては、保証書をご提示ください。
保証書の規定にしたがって、販売店が修理させていただきます。

◎保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理させていただきます。

◎修理料金は

技術料＋部品代（＋出張料金）などで構成されています。

◎修理部品は

部品共用化のため、色等を変更する場合があります。

■転居のときは

このオーブンレンジは電源周波数50Hz・60Hz共用です。
周波数の異なる地域に転居されても、そのままお使いいただけます。

ご相談窓口・修理窓口のご案内（家電品）

取扱い・修理のご相談は、まず

お買上げの販売店へ

●お買上げの販売店にご依頼できない場合（転居や贈答品など）は、**各窓口**へお問い合わせください。

ご相談窓口 受付時間365日24時間

家電品の購入相談・取扱い方法

●三菱電機お客さま相談センター

全国どこからでも おかけいただけるフリーコール

0120-139-365
いつも サンキュー　365日
（無料）

携帯電話・PHS・IP電話の場合	
三菱電機お客さま相談センター 〒154-0001 東京都世田谷区池尻 3-10-3 FAX (03) 3413-4049（有料）	(03) 3414-9655（有料）

■ご相談対応

平　　日	9：00～19：00
土・日・祝・弊社休日	9：00～17：00

上記以外の時間は受付のみ可能です。

■お問合せ窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて
三菱電機株式会社は、お客様からご提供いただきました個人情報は、下記のとおり、お取り扱いします。
1.お問合わせ（ご依頼）いただいた修理・保守・工事および製品のお取り扱いに関連してお客様よりご提供いただいた個人情報は、本目的並びに製品品質・サービス品質の改善・製品情報のお知らせに利用します。
2.上記利用目的のために、お問合わせ（ご依頼）内容の記録を残すことがあります。
3.あらかじめお客様からご了解をいただいている場合及び下記の場合を除き、当社以外の第三者に個人情報を提供・開示する事はありません。
①上記利用目的のために、弊社グループ会社・協力会社などに業務委託する場合。
②法令等の定める規定に基づく場合。
4.個人情報に関するご相談は、お問合せをいただきました窓口にご連絡ください。

K07B

修理窓口 家電品の修理の問合せ・修理の依頼 受付時間365日24時間

地区	県	窓口	電話番号
北海道・東北	北海道	東日本フロントセンター	
	宮城	東日本フロントセンター	
	青森	青森	(017)773-8381
		八戸	(0178)28-8544
	岩手	盛岡	(019)637-7454
		水沢	(0197)25-4511
	秋田	秋田	(018)865-4471
		横手	(0182)32-1785
		大館	(0186)42-2781
	山形	山形	(023)624-0018
		鶴岡	(0235)24-6161
	福島	郡山	(024)959-6543
		会津	(0242)27-4426
		原町	(0244)24-2842
		いわき	(0246)26-1822

地区	県	窓口
関東・甲信越	東京	東日本フロントセンター
	神奈川	東日本フロントセンター
	千葉	東日本フロントセンター
	茨城	東日本フロントセンター
	埼玉	東日本フロントセンター
	栃木	東日本フロントセンター
	群馬	東日本フロントセンター
	山梨	東日本フロントセンター
	新潟	東日本フロントセンター
	長野（飯田地区を除く）	東日本フロントセンター
	長野（飯田地区）	西日本フロントセンター
東海	静岡	東日本フロントセンター
	愛知	西日本フロントセンター
	三重	西日本フロントセンター
	岐阜	西日本フロントセンター
北陸	石川	西日本フロントセンター
	富山	西日本フロントセンター
	福井	西日本フロントセンター

地区	県	窓口	電話番号
関西	大阪／奈良	西日本フロントセンター	
	和歌山／兵庫／京都	西日本フロントセンター	
	滋賀	西日本フロントセンター	
中国	広島／山口	西日本フロントセンター	
	島根／鳥取	西日本フロントセンター	
	岡山	西日本フロントセンター	
四国	香川／徳島	西日本フロントセンター	
	高知／愛媛	西日本フロントセンター	
九州・沖縄	福岡／佐賀	東日本フロントセンター	
	長崎	長崎	(095)834-1116
		佐世保	(0956)30-7740
	熊本	熊本	(096)380-0211
		八代	(0965)33-5173
	大分	大分	(097)558-8803
	宮崎	宮崎	(0985)56-4900
		延岡	(0982)21-3540
	鹿児島	鹿児島	(099)260-2421
	沖縄	沖縄	(098)898-3333

●東日本／西日本フロントセンター

フリーダイヤル
0120-56-8634（無料）

インターネット
www.melsc.co.jp

携帯電話・PHS・IP電話の場合	
東日本フロントセンター FAX (03) 3424-1115（有料）	(03) 3424-1111（有料）
西日本フロントセンター FAX (06) 6454-3900（有料）	(06) 6454-3901（有料）

●所在地、電話番号などについては変更になることがありますので、あらかじめご了承願います。

K07B

保証とアフターサービス　こんなときは

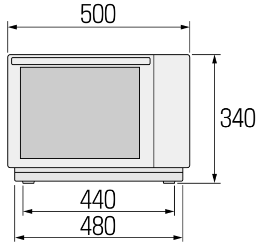
保証とアフターサービス　こんなときは

仕様

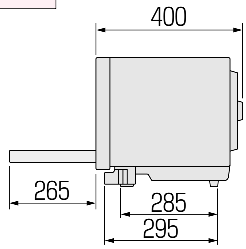
形　名		RO-EL2
電　源		交流100V　50Hz-60Hz共用
電子レンジ	消費電力	1430W
	高周波出力	1000W※1～200W・100W相当
	発振周波数	2450MHz
オーブン	消費電力	1450W
	温度調節	30・35・40・45℃（発酵）・100～250℃
グリル	消費電力	1450W
ハイブリッド	消費電力	1400W
寸　法	外形	幅500×奥行400×高さ340mm
	庫内（有効）	幅310×奥行340×高さ220mm
質　量		16kg
消費電力量のめやす※2	区　分　名	F（熱風循環加熱方式）
	電子レンジ機能の年間消費電力量	58.5kWh/年
	オーブン機能の年間消費電力量	13.9kWh/年
	年間待機時消費電力量	0kWh/年
	年間消費電力量	72.4kWh/年

外形寸法（単位mm）

正面図



側面図



※1　高周波出力1000Wは短時間高出力（最大5分間）であり、調理中自動的に600Wに切換わります。
※2　年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電子レンジ」測定法による数値です。区分名も同法に基づいています。

- 電源プラグを差込んだ状態で、表示部が消灯しているときの消費電力は0Wです。「0」表示のときは3.2Wです。
- このオーブンレンジの250℃での運転時間は約12分間です。その後は自動的に200℃に切換わります。
- レンジ出力1000Wでの入力電流は約14A、レンジ出力600Wでは約12Aです。
（ブレーカーの容量を確認の上、ご使用ください。）
- 消費電力量は、使用環境、使用回数、使用時間、食品の量などによって変化します。
- この商品は日本国内専用で、外国では使用できません。またアフターサービスもできません。
This appliance is designed for domestic use in Japan only and cannot be used in any other country. No servicing is available outside of Japan.
- J-Moss（JIS C 0950）の規定に基づき、対象となる6物質（鉛、水銀、カドミウム、六価クロム、PBB、PBDE）の含有についての情報を公開しております。詳しくはホームページをご覧ください。
www.MitsubishiElectric.co.jp/jmoss/

愛情点検

● 長年ご使用のオーブンレンジ・電子レンジの点検を！

熱、湿気、ホコリなどの影響や、使用の度合いにより部品が劣化し、故障したり、時には安全性を損なって事故につながることもあります。

このような症状はありませんか	● 電源コードやプラグが異常に熱い。 ● コゲくさい臭いがする。 ● 製品に触れるとビリビリと電気を感じる。 ● 自動的に切れないときがある。 ● その他の異常・故障がある。	▶	ご使用中止	故障や事故防止のため電源プラグを抜いてから、必ず販売店にご相談ください。

三菱電機株式会社
三菱電機ホーム機器株式会社
〒369-1295　埼玉県深谷市小前田1728－1

MITSUBISHI
RO-EL2

ZT945Z598H01＊